

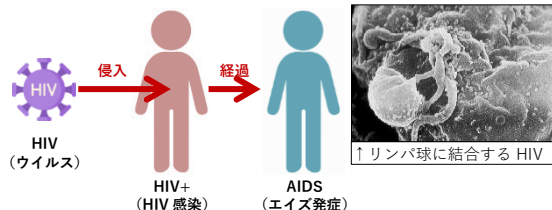
今年度は「**感染症の歴史**」をテーマに、世界や日本で流行した感染症と人類の戦いの歴史について特集していきます！

## ◆エイズ(後天性免疫不全症候群、AIDS)とは

**エイズ**は **HIV (ヒト免疫不全ウイルス)** というウイルスに感染することで引き起こされます。HIV は身体の**免疫システムを攻撃する**ウイルスです。免疫システムが破壊されると、身体の抵抗力が低下し、健康であれば感染しないような毒性の弱い病原体にも感染しやすくなり、日和見感染症が重症化したり、がんなどの重い合併症が起きるようになります。

HIV に感染してもすぐにエイズになるわけではありません。HIV に感染後、数年間は自覚症状のない時期（無症候期）が続きますが、進行するにつれて**身体**の免疫機能が低下していき、様々な病気がおこります。HIV 感染によって抵抗力が落ちることで発症する疾患のうち、厚生労働省が規定する代表的な 23 の合併症のいずれかを発症した状態をエイズと診断します。

新規 HIV 感染者数は 1996 年の 340 万人というピーク時に比べると減少していますが、現在も年間約 130 万人が新たに感染しており、患者総数は 4080 万人にのぼります。**三大感染症の一つ**として、世界規模で流行が続いています。



## エイズのパンデミック

起源  
(1920 年代)

- ・ HIV は、アフリカのチンパンジーに存在していた **SIV (サル免疫不全ウイルス)** が変異してヒトに感染。
- ・ 最初の HIV 感染は、コンゴ川流域で始まったと推測される。

拡大期  
(1970~1980 年代)

- ・ 1970 年代：交通インフラの発展により、アフリカ都市部から欧米へと拡散。
- ・ 1981 年：アメリカの CDC (疾病予防管理センター) が原因不明の免疫不全による肺炎やがんを発症した若い男性（主に同性愛者）の症例を報告。
- ・ 1983 年：フランスのパストール研究所が **HIV** を特定（当時 LAV と命名）。
- ・ 1985 年：**HIV 抗体検査が実用化**。

「**ゲイ関連免疫不全症候群 (GRID)**」と呼ばれた時期もありますが、差別的であるとの批判があり、後に「**AIDS (エイズ)**」と名付けられました。

最盛期  
(1990 年代)

- ・ 感染者数・死亡者数が急増。治療法がほぼなく、**HIV 感染 = 死**という認識が広がる。
- ・ **社会的偏見**や触ただけでうつるなどの誤解も強く、HIV 陽性者への差別や孤立が深刻化。
- ・ サハラ以南のアフリカでは特に深刻で、**成人の 20~30% が HIV 陽性**という国も。

有効な治療薬がなく、治療法が限られていたため、**世界中で感染が拡大**していきました。

治療と対策の時代  
(2000 年代~)

- ・ 1996 年：**高活性抗レトロウイルス療法 (HAART)** が導入。  
HIV は「死の病」から「慢性疾患」へと変わり始める。
- ・ 国連や NGO の支援で、アフリカなどの発展途上国でも治療が進む。
- ・ 新規感染者数、死者数ともに減少傾向へ。
- ・ エイズの蔓延防止と正しい理解促進のため、**12 月 1 日は「世界エイズデー」**と定められている。



**レッドリボン**は HIV とエイズに関する運動の**世界的なシンボル**です。

## ◆エイズの現状

治療法が進歩し、感染の早期把握、治療の早期開始・継続によって、エイズの発症を防ぐことができるようになりました。HIV に感染すると体内から完全にウイルスを除去することはできませんが、抗 HIV 薬で治療を続けることで免疫機能を維持し、これまでと変わらない社会生活を送ることができます。近年では、HIV 治療を受け、血中ウイルス量が検査で検出できない程度に最低 6 ヶ月以上継続的に抑えられている HIV 陽性者からは、性行為によって HIV が感染することがないことも確認されており、**Undetectable (検出限界値未満) = Untransmittable (HIV 感染しない)**、略して「**U=U**」と呼ばれています。**HIV の新常識として支持が広がっています**。

HIV は感染力が弱く、日常生活では感染しません。感染経路は、主に**性的接触による感染・血液を介しての感染・母子感染の三つ**に限られているため、正しい知識を持って予防対策をとることで、HIV 感染のリスクを減らすことができます。また、発展途上国では治療が必要な HIV 感染者が経済的困難、社会の偏見、医療サービスの不十分さなどにより、エイズで亡くなる患者が未だ多いのが現状です。



## 日本の薬害エイズ事件

薬害エイズ事件とは、1980 年代、血友病などの血液凝固因子異常症患者に対し**非加熱製剤**を使用したことにより多数の HIV 感染者・エイズ患者を生み出してしまった事件です。日本の血友病患者の約 4 割にあたる **1800 人が HIV に感染し、そのうち約 600 人以上が亡くなる世界的な薬害被害**となりました。

非加熱製剤はウイルスを不活性化する処理が行われておらず、当時アメリカから輸入していた非加熱製剤は HIV に汚染されていました。

また、多くの患者に HIV 感染が告知されていなかったため、家族への二次・三次感染も引き起こしました。

# こ えていよう ～子どものための栄養だより～ さとう ちゅうい 「砂糖」のとりすぎに注意しましょう！



## 「砂糖」を食べすぎるとどうなるの？



砂糖を食べると、血液の中の糖が急激に増えたり減ったりします。また、砂糖を分解するためにはビタミンやカルシウムが必要で栄養がたりなくなってきました。  
すると、いろいろな悪い症状が出たり、肥満や生活習慣病になりやすくなります。

## 甘いおやつにはどのくらい「糖分」が入ってる？

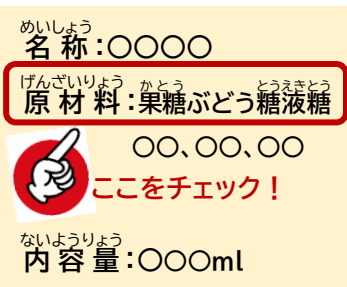
|                                |                                 |                                     |                                     |                                  |                                  |                                     |                                   |
|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|
| あめだま<br>2こ(10g)<br><b>9.0g</b> | プリン<br>1こ(100g)<br><b>13.6g</b> | アイスクリーム<br>1こ(100g)<br><b>15.1g</b> | シュークリーム<br>1こ(100g)<br><b>16.9g</b> | あんパン<br>1こ(100g)<br><b>19.8g</b> | カステラ<br>1きれ(50g)<br><b>21.7g</b> | ショートケーキ<br>1こ(100g)<br><b>25.5g</b> | チョコレート<br>1まい(50g)<br><b>27.5</b> |
|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|

「おやつ」というと甘いものというイメージがありますが、甘いおかしには砂糖がたっぷり含まれています。毎日のおやつはヨーグルトやチーズ、イモ、くだもの、おにぎりなど栄養のあるものにして、甘いおやつはたまに食べる程度にしましょう。

|                                           |                                          |                                             |
|-------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------|
| サイダー<br>コップ1ぱい<br>(200ml)<br><b>17.4g</b> | コーラ<br>コップ1ぱい<br>(200ml)<br><b>23.5g</b> | くだもの色が<br>ついたジュース<br>コップ1ぱい<br><b>25.1g</b> |
|-------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------|

「日本食品標準成分表 2025 年度版」  
炭水化物糖類から算出し作成

## 表示ラベルを見よう！



ジュースやスポーツドリンクなどに多く含まれている果糖ぶどう糖液糖は、砂糖よりも体への吸収が速く、血液の中の糖を急激に増やします。  
果糖ぶどう糖液糖が多く入っているジュースなどをたくさん飲み続けると血液の中の糖の量がいっしょに増え、体がうまく糖を使えなくなります。  
この病気は「ペットボトル症候群」とよばれ、重い場合は意識障害や命にかかわることもあります。  
飲み物は、糖分0gのお茶や水を飲むようにしましょう。



## 今月の音だより ～「お正月」



「お正月」作詞は東くめ、作曲は滝廉太郎(荒城の月、花などの作曲家)

1番はこま回しやたこあげの男の子向けの遊び、2番はまりやほわつきの女の子向けの遊びの歌詞となっています。

もういくつねと お正月 お正月には たこあげて こまを回して遊びましよ 早くこいこい お正月  
もういくつねと お正月 お正月には まりついて おいほわつて遊びましよ 早くこいこい お正月



(By 桜餅 Duo ☆)

