

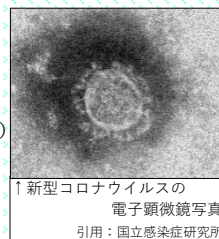
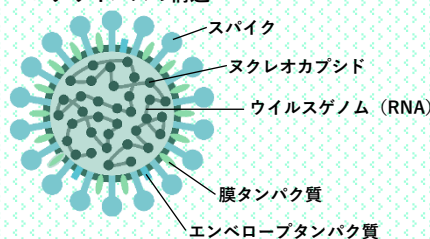
今年度は「**感染症の歴史**」をテーマに、世界や日本で流行した感染症と人類の戦いの歴史について特集していきます！

◆コロナウイルスとは

コロナウイルスは、人や動物に感染するウイルスの一種で、風邪のような軽症から、重篤な呼吸器疾患まで引き起こします。大きさは直径約 80～120nm の球形で、その表面には突起状のスパイクタンパク質がたくさんあり、冠のような形に見えます。そのため、コロナ (corona: ラテン語で王冠) という名前がつけました。

コロナウイルスは、エンベロープとよばれる脂質二重膜でウイルスの外側を覆われています。このエンベロープは石けんやアルコールで壊れやすく、コロナウイルスに手洗いやアルコール消毒が効果的なのはこのためです。また、遺伝物質が RNA (リボ核酸) でできている RNA ウイルスで、遺伝物質が DNA (デオキシリボ核酸) でできている DNA ウイルスよりも不安定で**変異が起りやすいウイルス**です。そのため、一度感染したことがある方やワクチンを接種した方も再感染する可能性があります。

《コロナウイルスの構造》



コロナウイルスの歴史

1970～90 年代は研究進展するも注目度は低く、動物の感染症としての研究が中心だった

2000 年代：SARS (重症急性呼吸器疾患) の発生

2002 年 11 月、中国・広東省で原因不明の肺炎が発生。
2003 年、原因ウイルス (SARS-CoV) が特定される。
30 か国以上に拡大し、約 8,000 人が感染、744 人が死亡。**(致死率約 10%)**
コロナウイルスで初めて「**致死性**」が注目される。

2020 年代：新型コロナウイルス (COVID-19) のパンデミック

2019 年 12 月、中国・武漢で原因不明の肺炎が多数発生。
2020 年 1 月、原因ウイルス (SARS-CoV-2) が特定される。
2020 年 3 月、WHO が**パンデミックを宣言**し、各国がロックダウンする。
世界中で爆発的に感染が広がり、経済・社会・医療に大きな影響を与える。
アルファ株、デルタ株、オミクロン株などの変異株が次々に出て。
ワクチンが急速に開発され、世界的に接種が開始される。



1960 年代：コロナウイルスの発見

1965 年、人に感染するコロナウイルスが初めて発見される。
初期に発見されたのは軽い風邪の原因となるウイルスだった。

顕微鏡で「王冠 (コロナ)」のような突起がみられたため「**コロナウイルス**」と命名された

2010 年代：MERS (中東呼吸器症候群) の発生

2012 年 6 月、サウジアラビアで新しいコロナウイルスが発見。(MERS-CoV)
主に中東で発生し、2,600 人以上が感染、約 900 人が死亡。**(致死率約 34%)**
ヒトへの感染源はヒトコブラクダとされる。



現在：終息と共存

2023 年 5 月、WHO が「**国際的な公衆衛生上の緊急事態**」の終了を宣言。
各国で規制が緩和され、季節性ウイルスとして扱われる傾向に。
コロナウイルス全体への研究は継続中で、新たな動物由来のコロナウイルスにも警戒が続く。

◆コロナウイルスの現状

世界的には、SARS-CoV-2 の活動は比較的安定してきています。ただし、東地中海・南アジア・東南アジア・西太平洋などの地域では、感染者数や陽性率の上昇が確認されています。また、**新しい変異株が報告**されており、感染数上昇地域と関連付けて注目されています。ただし、この変異株がこれまでより重症化率を高めたり、ワクチンの効果を大きく落としたという明確な証拠は、現時点では少ないとされています。

日本では COVID-19 を**ポストパンデミック期 (感染症法の分類でより軽微なレベル)**と位置づけており、以前のような強制的・広範な制限措置は基本的に解除されています。個人の予防行動は引き続き重視されており、特にリスクが高い場所・状況での自己防衛策は奨励されています。秋～冬にかけてはインフルエンザや RS ウイルスなどの呼吸器感染症も流行しやすく、COVID-19 との同時流行の可能性があるため、**ワクチン接種や体調管理が重要**になります。

「新型」は7番目に見つかった ヒトのコロナウイルス

これまで、ヒトに感染するコロナウイルスは 6 種類知られています。一般のかぜ (かぜ症候群)を引き起こすのもコロナウイルスです。かぜの原因となるコロナウイルスは 4 種類あります。あとの 2 種類は、重症の肺炎を引き起こすものです。その一つは 2002 年に発生した **SARS (サーズ: 重症急性呼吸器症候群)** の原因となるウイルス (SARS-CoV)、もう一つは、2012 年以來発生が続いている **MERS (マーズ: 中東呼吸器症候群)** の原因となるウイルス (MERS-CoV) です。

これら 6 種類に続いて発見されたのが、2019 年 12 月末に中国・武漢で発生した原因不明の肺炎の原因として発見された、**新型コロナウイルス (SARS-CoV2)** です。



～子どものための栄養だより～ わしよく た えいよう 和食を食べましょう！



「和食」を食べると栄養バランスがよくなります！

日本で昔から食べられてきた和食の献立は、主食のごはん、主菜や副菜のおかげ、汁物を組み合わせたもので、栄養バランスに優れています。かつお節やこんぶからだしをとり、季節の旬の野菜や魚、豆類、発酵食品を食材として使うことが多い健康食です。



しかし、いまでは・・・



食の欧米化【外国の食事スタイルで肉や油を使った料理が多い】が進み、ファストフード【ハンバーガーやフライドチキンなどすぐに買って食べられるもの】や冷凍食品を食べることが増えて、和食を食べなくなっています。その結果、肥満や生活習慣病が増えているといわれています。



あいことば 合言葉は「ま・ご・わ・や・さ・し・い」

ま	め	
ご	ま (種実)	
わ	かめ (海そう)	
や	さい	
さ	かな (魚介)	
し	いたけ (きのこ)	
い	も	

「まごわやさしい」

この言葉は、バランスのよい食事をするために取り入れてほしい食材の最初の文字をならべたもので、和食によく使われる食材です。
毎日食べると栄養バッチリ！
今日はいくつ食べたかな？



にほん たいせつ 食文化 日本には大切な「食文化」があります！

2013年に日本の伝統的な和食文化「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。

日本の食文化には、おおみそかに食べる年こしそば、お正月に食べるおせち料理やぞう煮など、昔から伝えられている行事食があります。神様に感謝し、悪いことが起こらないように、健康でいられるように、幸せでいられるようにと願いをこめて、毎年決まった時期に食べます。



今月の音だより ～「うれしいひなまつり」

サトウハチロー作詞、川村尚則作曲、

サトウハチローが娘に雛人形セットを買い与えた前後に作詞したようです。

あかりをつけましょ ぼんぼりに お花をあげましょ ももの花 五人ばやしのふえたいこ 今日は楽しいひなまつり
おだいじさまとおひなさま 二人ならんですましが おおめにいらいしたねえさまに よく似たかんじょの白いおかき
きのびょうぶにうつるひを かすかにゆする はるのかぜ 少しろざけ めされたか 赤いおかおのうだいじん



(By 桜餅 Duo)

