

不気味に変異する 新型インフルエンザ

通常の季節性インフルエンザは、その名の通り北半球では、毎年冬季に流行しますが、パンデミックインフルエンザは、数十年(30~40年)に一度くらい(20世紀には3回起こっています)の頻度で、季節は冬とは限りません。

早期治療と
手洗いとうがい



毎年ヒトの間で流行しているA/H1N1ウイルス、A/H3N2ウイルス、B型ウイルスは、ヒトに完全に適応して、共存に近い関係を保っており、基礎疾患の存在や高齢であることなどの要因無しには、感染した人(宿主)の多くを死に至らしめるほどの高い病原性は通常ありません。一方パンデミックインフルエンザは、過去、特に基礎疾患のない健全な若年成人を死に至らしめたことがあります。その原因については、いろいろと意見はありますが、よくわかっていません。

季節性インフルエンザウイルスに対しては、

産まれてから一度もインフルエンザにかかったことのない子どもを除いて、ほとんどの人がこれまでに曝露を受けており、基礎免疫をもっています。故に、シーズンにより増減はあるものの、毎年おおむね人口の10~20%程度の罹患者の発生があり、また、感染し症状が出たとしても、発熱は数日続くものの、多くの場合には何事も無く回復します。しかし、新型インフルエンザウイルスが出現し、流行した場合、そのウイルスには世界中の誰もがこれまで遭遇したことがなく、したがって基礎免疫を持っている人はいません。そのために、世界中で莫大な数の罹患者の発生と、それに伴って重症者や死亡者の増加もみられることが予想されます。

部屋の保温(22℃)と
湿度60%以上の管理



季節性のインフルエンザでも、流行期には学校閉鎖が行われたり、罹患して仕事を休まなければならなかったりするような状況がありますが、経済全体に大きな影響を及ぼすことはありません。パンデミックインフルエンザでは、その流行の規模が膨大なため、世界的な経済への深刻な影響が懸念されています。

他人にうつさな為
のマスク



お中元の季節

古代中国の7月15日の「神様にお供えをして見え身を清める」という行事が日本に伝わってきた。本来は訪問して直接お渡しする形だったのですが、今は配達してもらっても失礼ではありません。但し、感謝の気持ちを伝える挨拶状の発送をおすすめします。商品に同封してもらうか、荷物が届くころに別に手紙かハガキを出します。内容としては送り主その人らしい文章で挨拶と感謝の気持ちを書ければ一番良いのですが、もし迷ってしまった場合

感謝多謝



上司や仲人など改まった相手なら

時節の挨拶、「〇〇様におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。」などの挨拶文のあとに自分の近況報告、品物について、お送りしたということを書き、「時節柄、くれぐれもご自愛くださいませ。」などの言葉で締めくくります。

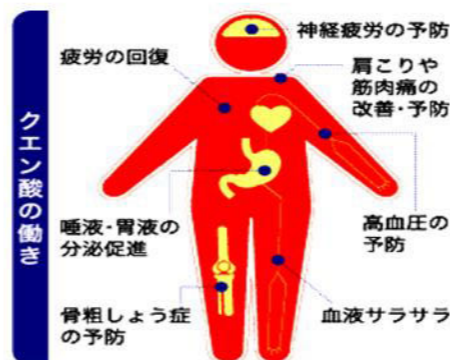
よく知っている親戚や同僚なら

最近の出来事のお礼や、自分の近況、品物について(例えば子供さんのいらっしゃる所へお菓子などを贈るなら「皆様で召し上がって」など)書けばよいでしょう。

〈夏の贈り物の表書き〉

- ・入梅(梅雨入り)(6月11日頃)... 早めの「お中元」
- ・七月上旬(8月上旬)... 「お中元」
- ・七月十五日(8月15日)... 「暑中お伺」「暑中お見舞」
- ・立秋(8月8日頃)~9月上旬... 「残暑お伺」「残暑お見舞」

クエン酸よ、 あなたは、すごい!



上手なクエン酸の摂り方

- 1 1回にたくさん摂るより、1日数回に分けて摂る
小さじ1/3を水に溶かして1日3回。
食前なども数回に分けて摂りましょう! X3/日
- 2 疲労時には必ず食後に飲む
牛乳に溶かして飲むのもオススメ!
ヨーグルト状になっておいしいですよ +
- 3 スポーツの後で摂ると、疲労が回復
スポーツの後にはレモンライスや、
100%グレープフルーツジュースを摂ると良い

笑って笑って
ハイ!笑って

私の妹と妹の子供(私の姪)がいっしょに風呂に入っていた時、5歳になる姪が、今日、幼稚園で習った歌だ。といって、歌を歌い始めた。

♪海は 広いな 大きいな
月は昇るし 日は沈む♪
.....と順調に歌は続いた。
しかし、1番最後のところで
行ってみたいな よそのうち。♪

最後のフレーズを聞くまでは、自分の娘を褒めてやろう
そう思っていた、私の妹は、大笑いをして、こう言った。
「もう少しで、100点
だったのよね。」



クエン酸スプレー の作り方

水500mlにクエン酸小さじ2杯半を入れよく溶かし容器に入れてください。

用途 ▶ 電気ポットの洗浄

電気ポット内部の白い汚れは、ポットに水を入れ30gのクエン酸を溶かし、保温状態にします。1~2時間たってからお湯を捨ててやわらかいスポンジで中をこするときれいになります。

洗濯槽の洗浄(カビ予防)

▶洗濯槽に高水位まで水を入れます。1回あたり350g程度クエン酸粉末を入れ半日放置します。放置後高水位状態のまま普通に洗濯機をまわします。(すすぎ運転)

▶シンク、▶浴槽、洗面台の水垢

水200ccに小さじ1杯程度のクエン酸を溶かした液を満遍なくかけて10分~20分放置します。放置後スポンジで汚れをこすり落とします。

▶トイレの黄ばみ取り

水200ccに小さじ2杯程度のクエン酸を溶かした液を汚れた部分に吹きかけます。その後30分ほど放置しスポンジで汚れをこすり落とします。

▶たたみの洗浄

クエン酸を水4リットルに15g溶かしクエン酸水をつくります。そのクエン酸水で雑巾を固く絞り、畳の目に沿って拭きます。仕上げに、から拭きします。



男は、1羽のオウムを飼っていた。
旅に出るというので、彼は、友人にオウムを預けた。旅から戻って、オウムを友人の家から持ち帰り、彼がエサをやろうとしたら、オウムは、コケッコーと鳴いた。
男は、しまったー、と思った。
友人の家は、養鶏場を営んでいたのだ。

私の知り合いの親子の会話から、その知り合いの子供が通っている小学校では、毎年、各学年で色々な農作物を作って、出来た農作物を持って、近くの老人ホームに慰問に行くことになっていた。その子は2年生で、2年生は玉葱を作った。
ある日、子供がお母さんに「今度、老人ホームに行ってくるからね。」
という

お母さんが「慰問に行くわけね。」というすかさずその子が言った。
「いじゃなくてたまねぎを持っていくんだよ。」
どうやらその子には
慰問という言葉がよく分かってなかったらしい。

