

令和6年12月15日

会員各位

南北緑友会 12 月度定例会報告

(於：クラブハウス；誕生会併催 10：00～)

南北緑友会会長

[I] 南北緑友会&緑園シニアクラブ連合/12～2月の行事予定

《 この冬は「トリプルデミック」に要注意！ 同時流行しやすい冬の感染症 》

毎年冬になると体調を崩す人が一気に増加します。特に年末～年明けにかけて気温と湿度がぐっと低くなる時期は要注意。インフルエンザをはじめとしたウイルスは、冬の乾燥した空気で感染拡大しやすいので、換気や手洗い、うがいなどの対策を怠っていると、どんどん家族内や社内でも感染者が出てしまいます。

また、今年の冬は3つのウイルスが同時流行すること(トリプルデミック)が懸念されています。同時流行によって、症状が重症化しやすかったり、集団感染が広がりやすかったりする恐れがありますので、十分注意が必要です。この冬に同時流行しやすい感染症は次の3つです。

- ① **インフルエンザ**：毎年冬のシーズン(11月～3月頃)に流行しやすい。新型コロナウイルスの流行が拡大した2020～2022年頃、インフルエンザの感染者は、一時的に減少しました。これは普段からマスクの着用や手洗いなどの感染対策を徹底していたからと考えられますが、それによってインフルエンザに対する免疫を持つ人も減少しました。その結果、今年もインフルエンザの感染拡大に注意が必要です。
- ② **新型コロナウイルス**：一時期に比べると流行のピークは過ぎたものの、現在も一定数の感染者が出ています。また、これは新型コロナに限った話ではありませんが、冬は空気が乾燥しやすく、寒さゆえに換気を怠りやすいため、感染拡大しやすい時期です。以前のようにマスク着用する人が少なくなりましたが、人混み、職場、学校などではより一層こまめな感染対策を行う必要があります。
- ③ **マイコプラズマ肺炎**：呼吸器の感染症の一つで、風邪症状が一旦落ち着いても、乾いた咳だけは長引いてしまうことが特徴です。「咳くらい大丈夫だろう…」とつい放置してしまいやすく、気づいた頃には重症化してしまう恐れのある肺炎なのがマイコプラズマ肺炎。重症化すると、心筋炎や無菌性髄膜炎などを併発して命に関わる危険もあります。子供や若い世代に感染者が多くみられるため、学校など集団生活を行う場での感染対策を徹底することが大切となります。(NET Webサイトを参照しました)

1. さわかかクリーン運動の会： 12月21日(土) 9：30～ 自治会館&クラブハウス
2. さわかかクリーン運動の会： 1月25日(土) 9：30～ 自治会館&クラブハウス
3. 緑友会 定例会： 1月19日(日) 10：00～ クラブハウス
4. 緑園シニアクラブ連合ゲーム(麻雀)大会： 令和7年2月16日(日) 12：00～
場所；クラブハウス

※ 12月誕生会開催時に、「ビンゴゲーム大会」を行います。

以上