

2018年 愛コープ  
ご利用者の皆様へ  
9月のおたより

ホームページアドレス

[www.i-coop-npo.org](http://www.i-coop-npo.org)

をご覧ください！また、どんな御意見でもお寄せくだされば大歓迎です。担当のヘルパーに託して下さい。

残暑がまだまだ厳しいですね。体調には十分気を付けてお過ごしください。

## 麻疹（はしか）のおはなし （大豆戸地域ケアプラザだより引用掲載）



はしかは過去の病気ではありません。とても感染力が強く、いったん流行するとその3分の1は入院、発病者の100人に1～2人は死亡、特效薬はない、とても怖いウィルス感染症です。

以前、麻疹と風疹の予防接種が1歳過ぎ別々に1回ずつしかされていなかった頃、日本は「麻疹の輸出国」（麻疹にかかっている人が海外に行ってうつすケースが多かった）と非難されていました。

2006年以降、麻疹風疹混合ワクチン（MRワクチン）の2回接種になり国内の麻疹は激減しました。ところが、近年今度は日本が「麻疹の輸入国」となりつつあります。2018年3月には、沖縄県で海外からの観光客の感染が判明し、その後100人超の感染被害の報告があります。

★現在日本は国内に元々いた麻疹ウイルスがない「排除状態」です。

## とにかく予防はワクチン2回！！



Q：どうすれば予防できるの？

A：麻疹ワクチンの予防接種が有効です。感染経路は空気・飛沫・接触などで、春から初夏にかけて流行する傾向があります。患者さんと接触した場合には、72時間以内に麻疹ワクチンの接種を受ければ発症抑制効果が期待できます。

Q：最近の傾向は？

A：従来は0～2歳児に多かった病気ですが、近年では免疫がない又は不完全な成人の感染が問題になっています。昔は子どもの時麻疹にかかって自然に免疫ができたので、大人になってから感染する心配はないと考えられていましたが、近年小児期にワクチンを1回しか受けていない成人が感染するケースが目立ちます。

Q：予防接種はどれくらい効果があるの？

A：麻疹含有ワクチンを接種することによって、95%以上の方が麻疹ワクチンに対する免疫を獲得することができます。また、5%未満の方が2回の接種を受けることによって免疫を得ることができます。接種後年数の経過と共に免疫が低下してきた人に対しては、2回目のワクチンを受けることにより免疫を増強させる効果があります。

## 9月の簡単レシピ



### 材料（4人分）

- ・茄子 4本
- ・スルメイカ 2杯
- ・生姜(みじん切り) 小さじ2
- ・酒・みりん 各大さじ3
- ・醤油 大さじ2
- ・ごま油(炒め用) 大さじ1
- ・水溶き片栗粉
- ・鶏がらスープの素 小さじ1
- ・水 100cc

### 作り方

1. 茄子は食べやすい大きさに切り、イカは5ミリ位の輪切にする。
2. フライパンにごま油を引き、生姜のみじん切りを入れ、火をつけて中火で香りをだす。
3. 油が温まったら、茄子を入れ、軽く炒めて、油が馴染んだらイカを入れて強火にして、水と鶏がらスープの素をいれる。
4. 酒・みりん・醤油で味を整え、茄子に火が通ったら水とき片栗粉でとろみをつけてOK