

KOCHI ROTARY CLUB

2020
2021

SINCE 1937



ロータリーは機会の扉を開く

2020-21年度 RIテーマ

週報



Weekly report 第3459回 2021年4月27日 2021年5月11日発行

● 会長挨拶

皆さん、こんにちは。先週の聖火リレーには、佐竹さん、高野さん、宮田さん、日和崎さんの4名が参加されました。私も大変誇らしく思いましたし、四国4県のリレーが無事に終わったことが本当に良かったと思います。



地区から、本年度の地区大会の内容変更のお知らせが届きました。必ずしも全員に関係するわけではありませんが、状況を理解していただく上で、私の方からご報告します。

地区大会について2月に届いた連絡では、期間を2日間に短縮し、出席者も限定し規模を縮小して開催するといった案内でした。しかし、今回、3度目の緊急事態宣言が東京と関西4都府県に出されました。四国でも愛媛県がまん延防止等重点措置が出され、徳島県も現在、国と協議中とのことですし、愛媛や香川では休会中のクラブも多いと聞いています。高知県でも、先日の知事記者会見で、いつ感染の急拡大が発生してもおかしくない状況である。ゴールデンウィークは「ステイ高知家」で過ごしてほしいという発言をされました。

このように事態が悪化したこと、さらに四国4県の地域ごとの行動制限が要請されていることも鑑み、会場に

一堂に会してのリアル開催は適切ではないという判断に至りました。そのため、会場出席と映像を視聴しての参加を選択した上で、複合的な開催方法を取り、かつ時間も1時間30分程度の内容に集約して開催することに変更した。とのことでした。

具体的には5月15日(土)13時から14時30分、参加対象者は会長と幹事のみ。参加方法は会場への参加ないしはYouTubeの映像視聴による参加。他クラブの状況をお聞きすると、全てが映像による参加とのことですので、私どももそのようにいたします。見送りとなる行事は、RI会長代理歓迎晩餐会、地区大会記念ゴルフ大会、会員増強地区セミナー、クラブ研修リーダー育成セミナー、会長幹事協議会。事前に徴収されている登録料、宿泊予約は全てキャンセル。

大変残念なことです。短い中で意義のある地区大会になることを祈っています。

やがて、ゴールデンウィークがやってまいりますが、ご自宅に帰られる支店長さんも多いと思います。本日の吉川先生のお話を聞いて、コロナには十分気をつけてご家族との絆を深められることを願っています。

本日の卓話は、吉川清志先生による、今私たちが一番関心があり、心配している新型コロナウイルス感染症のお話です。しっかりと伺いたいと思います。



■本日のプログラム [5月11日]

会員スピーチ

翔栄興産(株) 代表取締役 河野弘訓 会員
「仙台ロータリーを訪ねて」

会 長	中 村 裕 司
副 会 長	入 交 章 二
幹 事	関 雅 文
副 幹 事	中 澤 清 一
会報責任者	隅 田 和 稔

● **ロータリーソング** 「四つのテスト」



● **来訪ロータリアン及びお客様**

米山記念奨学生 フィットリアーニ スクマ ワイユさん

● **米山記念奨学生の紹介**

・高村禎二カウンセラー

今年の4月から来年9月まで米山奨学生として、フィットリアーニ スクマ ワイユさんを高知クラブでお世話することになりましたのでよろしくお願いいたします。米山奨学生は、経済的に支援するだけではなく、日本と母国との架け橋になってもらって、文化的に理解をし、交流を深めていく目的もあります。

毎月第1例会に出席して、皆さんと交流することになりますのでよろしくお願いいたします。

・フィットリアーニ スクマ ワイユさん

高知工科大学博士2年生のスクマと申します。インドネシアのスラバヤからまいりました。どうぞよろしくお願いいたします。



● **幹事報告**

- ・先週の卓話で紹介のあった「がんばれケサブ応援団」の募金にご協力をお願いします。
- ・来週、5月4日は祝日のため休会です。



● **ゲストスピーチ**

**新型コロナウイルス感染症
～正しい知識とワクチンの効果～**

土佐希望の家医療福祉センター長 吉川 清志 氏

人類と感染症の歴史をみると、14世紀にペストが流行し人口の3分の1が亡くなったといわれています。16世紀の天然痘には、ジェンナーが種痘を開発。19世紀には結核、ここではストレプトマイシンや抗生剤ができません。その後、抗生剤が効かないウイルス、インフルエンザ、さらにSARSやMERS、2009年ごろには新型インフルエンザが流行します。これにはワクチンと抗インフルエンザ薬が有効でした。そして今、1年以上、新型コロナウイルス感染症が続いています。



人類は、このようにずっと感染症と戦ってきました。抗生剤ができていますので大丈夫かという、日本は抗生剤を使い過ぎです。家畜にまで抗生剤を使っている、次々出てくる耐性菌とはいちごっこです。今後、どの抗生剤も効かない細菌が出てくることには注意しないといけません。

昨年1月15日、国内初の新型コロナウイルスの感染者が出て、第1波、第2波、第3波が収まらないうちに、もう第4波と言ってもいい状態が起っています。緊急事態宣言も3回目がこの25日から発せられました。春休み・お彼岸、夏休み・お盆、年末年始等々、人が集まる、人が移動することで感染が拡大します。

高知県は2月29日、初発の感染者が出ました。このころが第1波、夏に第2波、全国と同じように12月から第3波、年末には特別警戒の状態になりました。そして今、徳島や愛媛は2桁台が続き、愛媛県はまん延等防止重点措置が発せられ、徳島県も発出の準備がされています。現在、高知県は1桁台で、7日間の患者さんが14人以上、警戒という状態ですが、昨日、一昨日は5人以上10人近い感染者が出ましたし、今日は10人以上になりそうです。気を緩めるとすぐ徳島や愛媛のようになってしまいますから、注意していただきたいと思います。

感染リスクが高い場面はもうご存知のように、飲酒を伴う懇親会等、大人数や長時間に及び飲食、マスクなしでの会話、狭い空間での共同生活、居場所の切り替わりなどです



が、今日の皆さんのように、食事以外のときはマスクをしての会食はセーフだと思います。プロ野球などのイベントは無観客で行われていますが、イベント自体が問題ではなく、イベントの帰りに一杯飲んでという、ここが感染リスクが高いんじゃないかと思います。

感染症の流行に関係する因子としては、1位が感染予防行動です。接触感染より飛沫感染の方が大きい。マスクなしで15分以上、近い距離で会話をすると濃厚接触者になり、保健所の検査を受けなければいけません。2番、3番は人口密度と人の移動。電車に乗っているだけでは、そんなに感染リスクは高くはなりません。要は、イベントなどで集まった後にどういう行動をするか、人の行動の問題です。

4番が免疫力です。免疫力はすごく大切で、規則正しい生活が免疫力を高めます。僕は小児科医ですので、風疹の患者さんをたくさん診ていました。でもうつらないので、小さいころに罹っていたんだと思っていたところ、たまたまものすごく疲れていたときに罹ってしまいました。インフルエンザも同じように、マスクなしでも平気だったものが、過労の状態のとき罹ってしまいました。疲れを溜めないことは、とても大事です。

免疫力はウイルスに対してだけ効いているわけではありません。人の体の中には、常にかん細胞が発生しています。それを勝手にやっつけてくれているのが免疫力です。ですから、ストレスが多く、寝不足、過労などが重なると、がんにもなりやすくなります。ウイルスに対しての免疫力はワクチンです。ワクチンによって免疫力を高めることが大切です。

5番が、今一番問題になっている変異ウイルスです。このコロナウイルスは2週間に一つぐらいの設計図が変わっていて、違うものになっています。設計図が変わったコロナには感染しやすいもの、そうでないもの、いろいろありますが、これからもっと感染力の強い、イギリス型以上のものが出てくる可能性もあります。

高知県の変異ウイルスの率は、3月末辺りまで5.9%でしたが、その後、約2週間で80%、今日の高知新聞によると90%、22例中の20例が変異ウイルスでした。変異ウイルスの感染力は今までのものより1.3~1.7倍。例えば1人の感染者がいた場合、1週間で1.4倍、その1週間後に2倍。2週間ごとに倍々で患者さんが増えるわけで、大変なことです。毒性、重症度も1.6倍に上がるといわれていますので、これまでと同じ感染防止対策では、すぐに感染して重症者が増えて、医療崩壊に陥ります。6番の気温は、流行に関する因子としては大した要素ではありませんし、7番のウイルス薬は未開発です。

これまで知られているコロナウイルス感染症は六つ。まず、風邪の原因である4種類のコロナウイルス。これらが新型コロナと同じように大流行した当時は、大変なことが起こっていたと思いますが、知らないうちに風邪のウイルスに

なっています。その後に、SARS、MERSという重症な変異株ができて、そして、今の新型コロナウイルスです。この新型コロナウイルスも時間さえたてば風邪のウイルスになっていくと思われませんが、それを待っているわけにはいきません。短時間で抑えるのはやはりワクチンの力です。致死率はSARSは大体10%、MERSは34.4%、インフルエンザは0.1%未満、新型コロナウイルスは2~3%です。

次に新型コロナウイルスの症状について。まず感染します。感染力の強い人は2割、8割が感染力が弱い人ですので傍にいても感染しないことも多いわけですが、一旦感染すると潜伏期間は1日から14日、大体は5日前後で発症します。1割は風邪症状、咳や鼻が出る、喉が痛い、熱が出るといった症状で1週間ぐらいで治ります。2割ぐらいが中等症でしんどくなる。呼吸が苦しくなり酸素が必要。5%ぐらいは人工呼吸器が必要になって、さらに2~3%の人が亡くなります。

症状がない人、軽い症状の人は入院あるいはホテルで過ごします。10日ぐらいで治り感染しなくなりますので、帰って普通の生活をしても大丈夫です。中等症や重症の人は、入院期間が長くなります。感染者が増加すれば中等症、重症の人も増えて病床が逼迫します。今、大阪は恐らく重症患者で人工呼吸器をつけたくてもつけられない状態で、医療の崩壊が起こっています。高知もいつ起こるか分かりません。

高齢の方がコロナに罹ると致死率が上がります。60代で3.6%ぐらいですが、80歳以上だと18%。基礎疾患を持っている人の疾患別の致死率は、高血圧6%、糖尿病7.3%、心血管疾患10.5%、慢性呼吸器疾患6.3%、がん5.6%。さらに、肥満の人も基礎疾患の枠組みに入っています。

我々の日々の活動の中では、密集、密接、密閉、いわゆる3密を避けるというのは、なかなか難しいかもしれません。しかし、会話や発声時には距離を置く、換気をする、マスクをするといったことで飛沫感染を防ぐことはできます。マスクは冬の間はともかく、夏になるとなかなかマスクをするのは大変です。対面での会話や屋内の人が集まる場所ではマスクを着用しますが、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩することも大切です。また、農作業やウォーキング、自転車に乗るときには外してもいいし、2歳未満の子どもはマスクは不要です。

接触感染への予防としては、手すり、ドア、スイッチなど、たくさんの人が触るところは消毒はしても完璧にウイルスを除去するのは難しいし、お金を消毒できるのかということもあります。ウイルスは手を介して目や鼻、口の粘膜から入るわけで、手をきれいにすること、手指の衛生はとても大切です。ただ、机や椅子、トイレは通常の清掃でいいといわれています。うがいは、そのときだけしか効果がないといわれています。

では、どんなふうに感染が増えるのか。

感染者Aさんの場合

- 11月28日・・・5人で会食（Aさんは無症状）
- 11月29日・・・6人でカラオケ（Aさんは無症状）
- 11月30日・・・Aさんが発症
- 12月2日・・・11月29日Aさんとカラオケに行ったBさんが4人で飲食（Bさんは無症状）
- 12月3日・・・Bさんが発症
- その後・・・Bさんと飲食をしたDさんが発症、Dさんの家族も感染。
Aさんとカラオケに行ったCさんが発症。
Cさんは感染が分かる前に、介護施設の職員と対面で話をしたことで職員に感染し、施設内でクラスターが発生。

このように、発症する2日前から感染しますので、自分は元気だと思っているうちに人に感染させてしまう。これが、このウイルスの怖いところです。皆さんにお願いしたいのは、軽い症状があれば無理しない、出勤しない、医療機関を早めに受診して、PCRや抗原検査を受ける。1回目は陰性になっても症状が続く場合は、日を空けて再検査をしていただくことが大切です。

受診の方法は、発熱があれば、かかりつけ医あるいは近くの医療機関にまず電話連絡をしてください。そこが検査協力医療機関（県のHPに掲載）であれば、すぐに検査をしますが、医療機関の中に入ることは拒否されるかもしれません。よく分からなければ、新型コロナウイルス健康相談センターに電話で聞いてください。

コロナウイルスは細胞の表面にくっついて中に入って、自分のいろんなパーツを人の細胞に作らせて増えて外に出ていきます。問題なのは、くっつくところです。ここに対する免疫を作ってウイルスが細胞にくっつかないようにするのがワクチンで、くっつかないと感染しないわけです。

ワクチンについて。麻疹の生ワクチンなどは、病原体となるウイルスや細菌の毒素を弱くして生ワクチンとしてつくっています。不活化ワクチンというのは、病原体となるウイルスや細菌の感染能力を失わせたものを原材料として作っています。これらを作るには、5年～10年の時間が必要でしたが、科学が進歩して、今のコロナワクチンは新しい製造法で短期でできました。短期でできたことで皆さんは心配しているかもしれませんが、いいワクチンです。

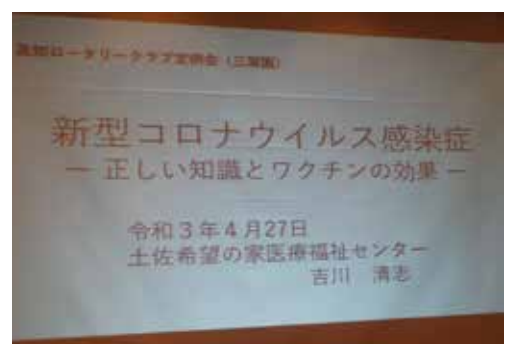
ファイザー社のワクチンは3週間間隔ですが、4週間間隔で接種するワクチンもあります。無料です。健康被害救済制度で、努力義務としてワクチンを接種するようになっています。2月17日からは医療従事者、4月ぐらいから高齢者が始まり、6月までに2回分が配送され、その後が基礎疾患のある人が接種します。インフルエンザワクチンの有効性は50%ですが、コロナワクチンは95%ぐらいの有効性があります。

変異ウイルスにもある程度は効くと、今のところはいわれています。

接種後の副反応は倦怠感、筋肉痛、関節痛、寒気などですが数日で治ります。副反応は若い人の方が高いようです。怖いのはアナフィラキシーで、全身に発疹が出る。息がしにくくなる。血圧が下がる。下痢をするといったいくつかの臓器にまたがる症状が出てきます。これに対しては、ちゃんと薬や注射の用意があり、救急病院に搬送する態勢もとっていますので大丈夫です。10万から20万接種に1回、接種後15分から30分で起こりますから、接種後は、少しの間その場所にとどまっています。現在、医療機関内での個別接種、集団接種、あるいは施設に向いて接種する方法が取られています。

感染防止と経済活動は、皆さんも考えられていると思いますが、感染者と非感染者は区別ができません。ですから、一人一人が家庭でも職場でも、感染対策を正しく実施してください。有効なワクチンや薬ができ、または集団免疫ができ、インフルエンザと同程度になるまではこの状態は持続すると考えてください。

そして、正しい情報を選択して、してはいけないことだけではなく、してもよいことを明らかにすることも大事です。行動をするときは、きちんと距離を取って、家族での行動は構いません。自粛もある程度は必要ですが、同調圧力や相互監視が強すぎるのはいけません。誹謗中傷、非難、差別をする人は必ずいます。ゼロにはなりません。けれども、寄り添う人も必ずいるはずで、自分事と思い、相手のことを思う気持ちを持つ人がいれば、感染してしんどかった人もまた元気になれます。そういう高知家でありたいと思っています。





 5月のお祝い

- | | | | | |
|----------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|
| (会員誕生日) | 松崎郷一郎
森本 道義 | 芝藤 倫朗
右城 猛 | 高野 一郎
安光 保二 | 福島 清三
各会員 |
| (配偶者誕生日) | 入交 明子 | 津野 松英 | 櫻井 裕美 | 各会員配偶者 |
| (結婚記念日) | 和泉 潤
関 雅文
竹内 広一 | 武樋 泰臣
土本 昭雄
亥角 政春 | 高村 禎二
芝藤 倫朗
森 恒一郎 | 森本 道義
高野 一郎
各会員 |
| | | | | 紫藤 秀久
吉村 貴志 |

◇ 例 会 変 更 ◇

高知南RC	5月13日	ロータリー休日(阪)	高知ロイヤルRC	5月18日	ロータリー休日(旭)
高知西RC	5月21日	ロータリー休日(三)	高知ロイヤルRC	6月 8日	職場例会(旭)
高知南RC	6月10日	日時計例会(阪)	高知中央RC	6月17日	夜間例会(城)
高知西RC	6月18日	最終夜間例会(三)	高知北RC	6月21日	年度末夜間例会(三)
高知ロイヤルRC	6月22日	最終夜間例会(旭)	高知南RC	6月24日	最終夜間例会(阪)
高知中央RC	6月24日	ロータリー休日(城)	高知北RC	6月28日	ロータリー休日(三)
高知RC	6月29日	あじさい夜間例会(三)	高知ロイヤルRC	6月29日	ロータリー休日(旭)
高知東RC	6月30日	最終夜間例会(阪)			

※例会場ホテル：(三)…三翠園 (城)…城西館 (阪)…ザクラウンパレス新阪急高知 (旭)…ホテル日航高知旭ロイヤル

😊 **ニコニコ箱**

- 竹下 篤範 吉川先生、本日は大変お忙しい中、有意義なお話ありがとうございました。今後ともご活躍をお祈り申し上げます。
- 中林 圭 本日は当社新商品「アサヒスーパードライ生ジョッキ缶」をお持ちしました。現在品薄につき、お一人様1本ずつとなりますが、お持ち帰りいただきぜひご賞味ください。併せて、家庭用生ビールサービス「ドラフターズ」のご案内も置かせていただいております。ご興味のある方は、ぜひお問い合わせください。
- 正延 知行 家内の誕生日にお花を送っていただきありがとうございます。大変喜んでいました。



◇ 出 席 率 ◇

	総数	出席	欠席	メイキャップ	出席率
4月27日	(-8)84	57	17	2	78%
4月13日	(-9)84	58	11	6	85%

● 累計額 [4月27日現在]

ニコニコ箱	714,000円	ロータリー <small>さんさん</small> 燦燦基金	213,019円	ポリオ募金	249,900円
-------	----------	--------------------------------	----------	-------	----------

■ 次週のプログラム [5月18日]

ゲストスピーチ
占い師 志乃煌泰氏
「正しい占いの活用術」

創 立 昭和12年10月
例 会 日 火曜日 12:30~13:30
例 会 場 三翠園ホテル TEL(822)0131
事 務 局 高知市本町3丁目2-15 高知新聞放送会館6階
TEL(824)8660 FAX(824)2529
E-mail shinairc@joy.ocn.ne.jp
HPアドレス <http://www.221.ne.jp/kochirc/>