



もう年末ですね。

今年はインフルエンザの流行が早く、学級閉鎖や学校閉鎖のところも多くありました。

12月16日現在インフルエンザの方もおられますが、だいぶ落ち着いてきました。

通常インフルエンザといえば12月下旬から1月にかけて本格的に流行しますが、今シーズンは異例の速さで流行が始まり、やっと収束してきたところです。このいつもと違う流行のパターンに「サブグレードK」と呼ばれる変異株が原因と言われています。このウイルスに関して厚生労働省からも国内で報告された今年のインフルエンザウイルスのうち96%がサブグレードKだったと報告されています。

その特徴は子供や若者が多く、インフルエンザワクチンに対する反応が低いことが分かっています。

また従来のインフルエンザは突然の高熱と強い関節痛ですが、関節痛や体の痛みは意外に少なく、発熱・鼻水・咳の頻度が高く、下痢や吐き気など消化器症状を訴える方もいるのが特徴です。

ではワクチンの効果については重症化を防ぐ意味では、サブグレードKにも強力な防御効果を発揮していることが分かっています。これから従来型も流行します。ワクチンは重症化を防ぐ意味で効果があるので接種することをお勧めします。



朝6時から韮川の河川敷を愛犬と散歩しています。

6時は薄暗いのですが、河川にカモが30匹くらい泳いでいます。水質がずいぶん改善したようですが、家庭ごみがたくさんほおり込まれていて、ビニールを食べてしまうか心配しています。一緒に散歩した5歳の孫もこんなにゴミがあるんだと驚いていました。

登山道ではゴミを見かけることはありません。登山道のごみ問題も最初は尾瀬から始まりました。登山者が持ち込むごみや、木道を外れて湿原に踏み込むことによって尾瀬の高山植物が荒らされてしまいました。

そこでゴミ持ち帰り運動が始まり、ゴミ箱も撤去されました。この運動は全国に広がり、どの山に登っても捨てられたごみはみかけなくなりました。

でもクリニックの周りの田んぼにはペットボトルやカップラーメンの箱、中にはコンビニの袋の中に食べ終わったものをそのままポイ捨てされているものも見かけます。

大切な地球です。この現状を子供たちに見せてあげてください。

環境問題は身近な話題からですし、小さいうちから環境問題を家族の話題に入れるのにいい機会だと思います。

一度親子で韮川の河川敷の遊歩道を散歩し、カモを見てきてください。



年末年始のクリニックの休診について

年末は12月27日（土）17時まで

年始は1月5日（月）から通常通りの診療です。

ご迷惑をおかけします。

2025年12月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2026年1月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

■小児科診療：午前 小針先生／午後 青木先生