

編集後記

★ 年末年始に 新型コロナ・インフル感染症 全国拡大を懸念

今年は 新年早々 石川県能登半島で大地震が発生、羽田空港で日航機と海上保安庁機の衝突事故等に始まり、慌ただしく過ぎさり、余すところ約 2 週間。5 月には Coronavirus 感染症も 2 類から 5 類相当に移行し 一見寛解したたかのように見えたが、また猛威を奮っております。年末年始は 9 連休の企業もあり、帰省等の人流により Influenza Coronavirus 感染症が全国的規模で流行が懸念されます。各自で Standard Precautions を遵守して感染予防対策をお願いしたいものです。

★ 京都・清水寺 世相を表す漢字に「金」

パリ五輪・佐渡金山の世界登録・裏金問題・新紙幣発行を反映

今年で 30 回目 日本漢字能力検定協会が主催し、一年の世相を表す「今年の漢字」が清水寺で発表されました。全国から 22 万 1971 票の応募があり、「金」が 1 万 2148 票で選ばれた。金メダルに沸いたパリ五輪・パラリンピックや「佐渡島の金山」の世界遺産登録、20 年ぶりの新紙幣発行や物価高騰、闇バイトによる強盗事件、金にまつわる政治の裏金問題などを反映した。「金」が選ばれたのは 5 回目で、森 清範 貫主は「国民の思いが集中したのではないか」と話した。

2 位は「災」で、能登半島地震や航空機衝突事故など、災いから始まった 1 年だったことから 9772 票を集めた。3 位は米大リーグで史上初となる「50-50」を達成した 大谷 翔平 選手の「翔」で、7487 票であった。

揮毫された和紙（縦 150 センチ、横 130 センチ）は 21 日まで清水寺で一般公開され、22 日からは漢字ミュージアムに展示されます。

★ 中高年に気を付けたい 眼・骨の疾患

日頃より フレイルチェック & 40 歳になったら検査を

中高年に多いのは 白内障や緑内障、加齢性黄斑変性症があります。物を見る時まぶしい・視野欠損・物が歪に見えるなど、はっきりした自覚症状が出るまでに発症後 5~20 年ほどかかります。怖のは 目が疲れやすいやちょっとした見えづらさを「年のせい」と放置することです。重大な病気が隠れているかもしれません。アイフレイルチェックリストで、10 項目で 2 項目以上あてはまれば専門医受診がおすすめです。また、骨の老化現症で気をつけないといけない病気の一つに骨粗鬆症があります。骨の強度が低下して骨が脆くなり、骨折しやすくなる病気です。ちょっと転倒しただけで骨折し、要介護になるリスクが高くなり 寝たきり状態~認知症を併発します。自覚症状に乏しく、骨折するまで気づかないことが多くセルフチェックを行い、背が縮む・腰が曲がる。立ち上がる時に腰や背中が痛いといった場合には注意が必要で専門医の受診が必要です。加療として食事・運動・治療薬が基本となりますが予防的には若い人でも骨密度測定等を行い検査して欲しい疾患です。

5 回目にしては 見慣れぬ 筆づかい

年寄りには シワの数だけ 知恵を持ち

足らざる 伸びしろという 褒め上手

令和 6 年 聖 夜 (文責 MMY)