編集後記

★★長時間　パソコン・スマホ等を見続けると　ドライアイ・スマホ老眼・若年性老眼　併発の怖れ

仕事でパソコン・スマホ等を使用する機会が多くなっています。長時間画面を見続けると、目の疲れ（眼精疲労）やドライアイ等を起こし易くなります。一時的なピント調節不調により「スマホ老眼」・「若年性老眼」を併発の怖れがある。予防として、角膜を潤すため適宜に瞬をしたり、適度に画面を離れて遠くを見るなど目を休ませることが大切であると警告しています。

★★口腔ケアで 院内感染症の発症率 低下　広島大学　入院患者　5千人調査

広島大学付属病院で 入院患者5千人を対象に、歯磨きや洗口剤による口腔ケアを実施した結果、院内感染（肺炎・菌血症・尿路感染症）の発症率が低下を報告。この研究からも口の中を清潔に保つことが、感染症の予防につながる可能性が証明されました。

★★15歳 国際調査で数学・科学・世界上位維持　読解力はヤヤ低下

経済協力開発機構（OECD）は世界15歳以上を対象に2025年に実施した学習到達調査結果を公表。日本の順位は「科学コンピテンシー（課題解決力）が5位、読解力が4位、数学的リテラシー（正しく理解し判断し活用する力）は5位と上位を維持した。3分野とは別に　プログラミングツールなどの技術を使った課題解決能力を図る調査も行われた。日本順位は4位だが、OECD加盟國では1位であったと報告。

★★寒暖差7度以上で　鼻粘膜の血管が過剰に反応　寒暖差アレルギー

23日は「霜 降」。秋が深まり 朝晩の冷え込みが強まり、気温がｸﾞｯと下がるために 日中との温度差で体調を崩し易くなります。寒暖差が7℃以上になると血管運動性鼻炎（寒暖差アレルギー）が起こる。アレルギーではなく、温度変化で鼻粘膜の血管が過剰に反応し、透明でｻﾗｻﾗした鼻水やくしゃみ等が主症状。治療は対症療法が中心で、ｽﾃﾛｲﾄﾞ点鼻薬や漢方薬が投与。気温の変化に伴い、衣服でこまめに調整するなどに心がけて欲しい。

★★消費税　減税に伴い　外食業界「お食事券」 発行見送り方向で調整

政府は外食業界への支援策として検討されていた お食事券の発行を見送る方向で調整。外食は消費税率10㌫が維持される一方、持ち帰りの弁当や総菜は8㌫に減税され　税率の差が広がり、外食利用が減ることが懸念されています。しかし、お食事券を配布すると、高級レストランを利用する富裕層にも恩恵が及ぶため、中低所得者の物価高対策を重視する政府の方針に合わないと判断されたと報じています。処が 今後は、都道府県や市町村が、地域の消費を促すために支援策を実施する可能性は独自の判断としています。

★★スポーツ庁　30～40代女性 スポーツ実施率が低下 体力も低下傾向

スポーツ庁は「スポーツの日」に合わせ、2025年度の体力・運動能力調査結果を公表。30～40代女性のスポーツ実施率が低下し、体力も低下傾向にあると報告。特に、週1日以上スポーツをする割合は、35～39歳で33.1%、45～49歳で42.8%となり、2001年度と比べて低下しています。背景として、仕事と家事・育児の両立による時間不足などがあるとしています。

今後は、フィットネス業界と連携した女性向けプログラムの拡充や、子育て中・働き盛りの女性を対象に自治体のスポーツ振興支援などを進め、運動しやすい環境づくりを目指すとしています。日頃から躰を動かすことを意識し、無理のない範囲で運動を取り入れ、健康維持と体力向上に努めて貰いたいものです。

★★高市首相「男性より3～4時間、余分に時間・・・」という 化粧発言

高市早苗首相が　國会答弁で「男性の首相より3～4時間、余分に時間を使っているかも・・・」という『化粧』発言。自分の私生活の時間の使用方法は個人の自由に任せるべきと思われます。化粧に どれだけ時間をかけるかは　本人の性別等にもかかわらず、わざわざ公言していただく必要もありません。只　その私生活を公約な職務遂行の障害の理由に挙げるのは不適切な　発言と思われますが・・・。

二年後の ババ引く総理 誰だろな
役所から 来る文面の ややこしさ

令和8年　霜　降　　（文責 MMY）