

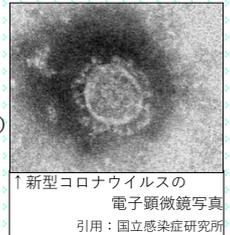
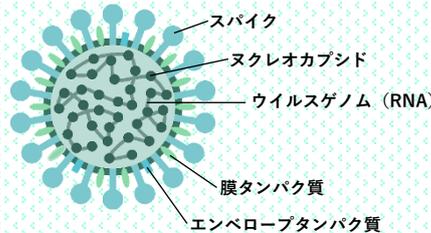
今年度は「**感染症の歴史**」をテーマに、世界や日本で流行した感染症と人類の戦いの歴史について特集していきます！

## ◆コロナウイルスとは

**コロナウイルス**は、人や動物に感染するウイルスの一種で、風邪のような軽症から、重篤な呼吸器疾患まで引き起こします。大きさは直径約80～120nmの球形で、その表面には突起状のスパイクタンパク質がたくさんあり、冠のような形に見えます。そのため、コロナ (corona: ラテン語で王冠) という名前がつけました。

コロナウイルスは、エンベロープとよばれる脂質二重膜でウイルスの外側を覆われています。このエンベロープは石けんやアルコールで壊れやすく、コロナウイルスに手洗いやアルコール消毒が効果的なのはこのためです。また、遺伝物質がRNA (リボ核酸) でできているRNAウイルスで、遺伝物質がDNA (デオキシリボ核酸) でできているDNAウイルスよりも不安定で**変異が起りやすいウイルス**です。そのため、一度感染したことがある方やワクチンを接種した方も再感染する可能性があります。

### 《コロナウイルスの構造》



## コロナウイルスの歴史

1970～90年代は研究進展するも注目度は低く、動物の感染症としての研究が中心だった

### 2000年代: SARS (重症急性呼吸器疾患) の発生

2002年11月、中国・広東省で原因不明の肺炎が発生。  
2003年、原因ウイルス (SARS-CoV) が特定される。  
30か国以上に拡大し、約8,000人が感染、744人が死亡。**(致死率約10%)**  
コロナウイルスで初めて「**致死性**」が注目される。

### 2020年代: 新型コロナウイルス (COVID-19) のパンデミック

2019年12月、中国・武漢で原因不明の肺炎が多数発生。  
2020年1月、原因ウイルス (SARS-CoV-2) が特定される。  
2020年3月、WHOが**パンデミックを宣言**し、各国がロックダウンする。  
世界中で爆発的に感染が広がり、経済・社会・医療に大きな影響を与える。  
アルファ株、デルタ株、オミクロン株などの変異株が次々に出現。  
ワクチンが急速に開発され、世界的に接種が開始される。



### 1960年代: コロナウイルスの発見

1965年、人に感染するコロナウイルスが初めて発見される。  
初期に発見されたのは軽い風邪の原因となるウイルスだった。

### 2010年代: MERS (中東呼吸器症候群) の発生

2012年6月、サウジアラビアで新しいコロナウイルスが発見。(MERS-CoV)  
主に中東で発生し、2,600人以上が感染、約900人が死亡。**(致死率約34%)**  
ヒトへの感染源はヒトコブラクダとされる。



### 現在: 終息と共存

2023年5月、WHOが「**国際的な公衆衛生上の緊急事態**」の終了を宣言。  
各国で規制が緩和され、季節性ウイルスとして扱われる傾向に。  
コロナウイルス全体への研究は継続中で、新たな動物由来のコロナウイルスにも警戒が続く。

顕微鏡で「王冠 (コロナ)」のような突起がみられたため「**コロナウイルス**」と命名された

## ◆コロナウイルスの現状

世界的には、SARS-CoV-2の活動は比較的安定してきています。ただし、東地中海・南アジア・東南アジア・西太平洋などの地域では、感染者数や陽性率の上昇が確認されています。また、**新しい変異株が報告**されており、感染数上昇地域と関連付けて注目されています。ただし、この変異株がこれまでより重症化率を高めたり、ワクチンの効果を大きく落としたりという明確な証拠は、現時点では少ないとされています。

日本ではCOVID-19を**ポストパンデミック期 (感染症法の分類でより軽微なレベル)**と位置づけており、以前のような強制的・広範な制限措置は基本的に解除されています。個人の予防行動は引き続き重視されており、特にリスクが高い場所・状況での自己防衛策は奨励されています。秋～冬にかけてはインフルエンザやRSウイルスなどの呼吸器感染症も流行しやすく、COVID-19との同時流行の可能性があるため、**ワクチン接種や体調管理が重要**になります。

## 「新型」は7番目に見つかった ヒトのコロナウイルス

これまで、ヒトに感染するコロナウイルスは6種類知られています。一般のかぜ (かぜ症候群)を引き起こすのもコロナウイルスです。かぜの原因となるコロナウイルスは4種類あります。あとの2種類は、重症の肺炎を引き起こすものです。その一つは2002年に発生した**SARS (サーズ: 重症急性呼吸器症候群)**の原因となるウイルス (SARS-CoV)、もう一つは、2012年以来発生が続いている**MERS (マーズ: 中東呼吸器症候群)**の原因となるウイルス (MERS-CoV) です。

これら6種類に続いて発見されたのが、2019年12月末に中国・武漢で発生した原因不明の肺炎の原因として発見された、**新型コロナウイルス (SARS-CoV2)**です。



# こ えていよう ~子どものための栄養だより~ わしょく た 和食を食べましょう!



## 「和食」を食べると栄養バランスがよくなります!

日本にほんで昔むかしから食たべられてきた和食わしょくの献立こんだては、主しゅ食しょくのごはん、主菜しゅさいや副菜ふくさいのおかず、汁物じゅうものを組くみ合あわせたもので、栄養えいようバランすスに優すぐれています。かつお節しゅんやこんぶからだしだしをととり、季節きせつの旬しゅんの野菜やさいや魚さかな、豆類まめるい、発酵はっこう食品しょくひんを食しょく材ざいとして使つかうことが多おほい健康けんこう食しょくです。



しかし、いま今いまでは・・・



食しょくの欧米化おうべいか【外国がいこくの食しょく事じスタイルで肉にくや油あぶらを使つかった料理りょうりが多おほい】が進すすみ、ファストフード【ハンバーガーやフライドチキンなどすぐすぐに買かって食たべられるもの】や冷凍食品れいとうしょくひんを食たべることが増あえて、和食わしょくを食たべなくななってきています。その結果けっか、肥満ひまんや生活習慣病せいかくしゅうかんびょうが増あえているといわいれています。



## あいことば 合言葉は「ま・ご・わ・や・さ・し・い」

## にほん たいせつ 食文化 日本には大切な「食文化」があります!

ま	め	
ご	ま (種実)	
わ	かめ (海そう)	
や	さい	
さ	かな (魚介)	
し	いたけ (きのこ)	
い	も	

「まごわやさしい」  
この言葉は、バランスのよい食しょく事じをするために取り入とり入いれてほほしい食しょく材ざいの最さい初しゆの文もん字じをなならべたもので、和食わしょくによよく使つかわれる食しょく材ざいです。  
毎日食まいにちべると栄養バッチリ!  
今日きょうはいくつ食たべたかな?



2013年ねんに日本にほんの伝統でんとうてき的な和食文化わしょくぶんか「和食」がユネスコ無形文化遺産むけいぶんかに登録とうろくされました。

日本にほんの食文化しょくぶんかには、おみそかに食たべる年としこしそば、お正月しょうがつに食たべるおせち料理りょうりやぞう煮になど、昔むかしから伝つたえられていぎょうじる行事食じしょくがあります。神様かみさまに感謝かんしゃし、悪いことわるいことが起おこらないよように、健康けんこうでいられるよように、幸しあせでいられるよようにねがいと願ねがいをこめて、毎年決まいとしまった時期じきに食たべます。



## 今月の音だより ~「うれしいひなまつり」

サトウハチロー作詞、川村尚則作曲、

サトウハチローが娘に雛人形セットを買い与えた前後に作詞したようです。

あかりをつけましょ ぼんぼりに お花をあげましょ ももの花 五人ばやしのふえたいこ 今日けふは楽しいひなまつり  
おだいさまとおひなさま 二人ならんですましが およめいらしたねえさまに よく似たかんじの白いかお  
きんのびょうぶにうつるひを かすかにゆする はるのかぜ 少しろざけ めされたか 赤いおかおのうだいじん



(By 桜餅 Duo)

