

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！

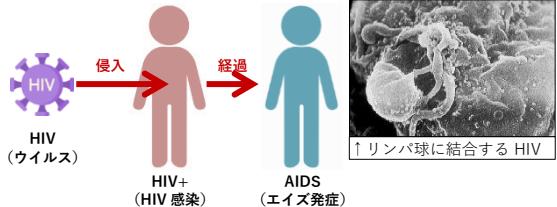
◆エイズ(後天性免疫不全症候群、AIDS)とは

エイズはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)というウイルスに感染することで引き起こされます。HIVは身体の免疫システムを攻撃するウイルスです。

免疫システムが破壊されると、身体の抵抗力が低下し、健康であれば感染しないような毒性の弱い病原体にも感染しやすくなり、日和見感染症が重症化したり、がんなどの重い合併症が起きるようになります。

HIVに感染してもすぐにエイズになるわけではありません。HIVに感染後、数年間は自覚症状のない時期（無症候期）が続きますが、進行するにつれて身体の免疫機能が低下していき、様々な病気がおこります。HIV感染によって抵抗力が落ちることで発症する疾患のうち、厚生労働省が規定する代表的な23の合併症のいずれかを発症した状態をエイズと診断します。

新規HIV感染者数は1996年の340万人というピーク時に比べると減少していますが、現在も年間約130万人が新たに感染しており、患者総数は4080万人にのぼります。三大感染症の一つとして、世界規模で流行が続いています。



エイズのパンデミック



「ゲイ関連免疫不全症候群(GRID)」と呼ばれた時期もありますが、差別的であるとの批判があり、後に「AIDS(エイズ)」と名付けられました。

有効な治療薬がなく、治療法が限られていたため、世界中で感染が拡大してきました。



レッドリボンはHIVとエイズに関する運動の世界的なシンボルです。

◆エイズの現状

治療法が進歩し、感染の早期把握、治療の早期開始・継続によって、エイズの発症を防ぐことができるようになりました。HIVに感染すると体内から完全にウイルスを除去することはできませんが、抗HIV薬で治療を続けることで免疫機能を維持し、これまでと変わらない社会生活を送ることができます。近年では、HIV治療を受け、血中ウイルス量が検査で検出できない程度に最低6ヶ月以上継続的に抑えられているHIV陽性者からは、性行為によってHIVが感染することがないことも確認されており、Undetectable(検出限界値未満)=Untransmittable(HIV感染しない)、略して「U=U」と呼ばれています。HIVの新常識として支持が広がっています。

HIVは感染力が弱く、日常生活では感染しません。感染経路は、主に**性的接觸による感染・血液を介しての感染・母子感染**の三つに限られているため、正しい知識を持って予防対策をとることで、HIV感染のリスクを減らすことができます。また、発展途上国では治療が必要なHIV感染者が経済的困難、社会の偏見、医療サービスの不十分さなどにより、エイズで亡くなる患者が未だ多いのが現状です。



日本の薬害エイズ事件

薬害エイズ事件とは、1980年代、血友病などの血液凝固因子異常症患者に対し**非加熱製剤**を使用したことにより多数のHIV感染者・エイズ患者を生み出しました。日本の血友病患者の約4割にあたる1800人がHIVに感染し、そのうち約600人以上が亡くなる世界的な薬害被害となりました。

非加熱製剤はウイルスを不活性化する処理が行われておらず、当時アメリカから輸入していた非加熱製剤はHIVに汚染されていました。

また、多くの患者にHIV感染が告知されていなかったため、家族への二次・三次感染も引き起こしました。

～子どものための栄養だより～

さとう 「砂糖」のとりすぎに注意しましょう！



「砂糖」を食べすぎるとどうなるの？



砂糖を食べると、血液の中の糖が急激に増えたり減ったりします。また、砂糖を分解するためにはビタミンやカルシウムが必要で栄養がたりなくなってしまいます。すると、いろいろな悪い症状が出たり、肥満や生活習慣病になりやすくなります。

甘いおやつにはどのくらい「糖分」が入ってる？

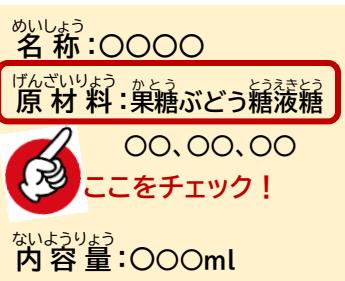
あめだま 2こ(10g) 9.0g	プリン 1こ(100g) 13.6g	アイスクリーム 1こ(100g) 15.1g	シュークリーム 1こ(100g) 16.9g	あんパン 1こ(100g) 19.8g	カステラ 1個(50g) 21.7g	ショートケーキ 1こ(100g) 25.5g	チョコレート 1まい(50g) 27.5

「おやつ」というと甘いものというイメージがありますが、甘いおかしには砂糖がたっぷり含まれています。毎日のおやつはヨーグルトやチーズ、イモ、くだもの、おにぎりなど栄養のあるものにして、甘いおやつはたまに食べる程度にしましょう。

サイダー コップ1ぱい (200ml) 17.4g	コーラ コップ1ぱい (200ml) 23.5g	くだものの色が ついたジュース コップ1ぱい 25.1g
---	--	--

「日本食品標準成分表 2025 年度版」
炭水化物糖類から算出し作成

表示ラベルを見てみよう！



ジュースやスポーツドリンクなどに多く含まれている果糖ぶどう糖液糖は、砂糖よりも体への吸収が速く、血液中の糖を急激に増やします。果糖ぶどう糖液糖が多く入っているジュースなどをたくさん飲み続けていると血液中の糖の量がいっしきに増え、体がうまく糖を使えなくなります。この病気は「ペットボトル症候群」とよばれ、重い場合は意識障害や命にかかることもあります。飲み物は、糖分0gのお茶や水を飲むようにしましょう。



今月の音だより～「お正月」



「お正月」作詞は東くめ、作曲は滝廉太郎(荒城の月、花などの作曲家)

1番はこま回しやたこあげの男の子向けの遊び、2番はまりやはねつきの女の子向けの遊びの歌詞となっています。

もういくつねると お正月 お正月には たこあげて こまを回して遊びましょ 早くこいこい お正月
もういくつねると お正月 お正月には まりひいて おいけねついて遊びましょ 早くこいこい お正月



(By 桜餅 Duo)

