



今月新しく入りました。

●一般の本

／往復書簡 (作=湊かなえ) / 弧舟 (作=渡辺淳一) / アリアドネの弾丸 (作=海堂 尊) / ある日自分へ (作=相田みつを) / 烈日-東京湾臨海署安積班 (作=今野 敏) / キリン (作=山田悠介) / ノン+フィクション (作=古川日出男) / もしもし下北沢 (作=よしもとばなな) / カウントダウン (作=佐々木 譲) / 優しいおとな (作=桐野夏生)

●子どもの本

／もこ もこもこ (作=谷川俊太郎) / はらぺこのさま (作=つきおかゆみこ) / おとうさんはパンやさん (作=平田昌広) / スージー・ズーもうすぐハロウィーン / スージー・ズーあきをあつめたよ / スージー・ズーいつまでもともだち / スージー・ズーブーフはどこ? / ウイツィーとブーフ / あひるのウィッツィー (作=スージー・スパッフォード)

中でもこの本がオススメです。

月と蟹

作=道尾秀介



「ヤドカミ様をお願いしてみようか」「叶えてくれると思うで。なんでも」やり場のない心を抱えた子どもたちが始めた、ヤドカミを神様に見立てるささやかな儀式。やがてねじれ祈りは大人たちに、そして少年たち自身に、不穏なハサミを振り上げる。やさしくも哀しい祈りが胸を衝く、俊英の最新長篇小説。

ココロのヒカリ

作=谷川俊太郎



心にともる小さな光をテーマに更に鮮やかで美しくダイナミックな表現となった元永さんの絵がまず目に飛び込んできます。そしてそこに呼吸のぴたり合った谷川さんの言葉。声に出して気持ちのよい言葉ばかりなのですが、不思議なことに「間」やイントネーションを優しく誘導してくれているような感覚になり、読んでいる人の心に一言一言がしみこんでくるのです。



夢を旅した少年アルケミスト

作=パウロ・コエーリョ

旅 行って何なの日常生活から非日常へ、そして日常に戻る。そして今の自分を見つめ、周りの状況が見えてくる。羊飼いの少年は宝物が隠されているという夢を二度も見る。その意味を確かめるための旅に出る。挫折したり賢者の言葉に勇気づけられたり、長い道のり、困難と闘い旅を続ける。旅先で出会う山あり谷ありのその過程が重要である。作者は語りかけます。宝物の在り処は？



ニルスのふしぎな旅

作=セルマ＝ラーゲルレーフ

両 親の言いつけを守らない、勉強大嫌いな、いじわる大好きなニルス。ある日魔法をかけられ小人にされた。さあ、大変。ひよんなこからガンの群れに混じってガチョウの背中に乗ったニルスの旅が始まります。キツネに襲われたり、カラスに親の言いつけを守らないうちに両親のありがたさに気付きます。小人にされたニルスは元の姿に戻ることができようか。両親の元に帰ることができようか。楽しくて、愉快な旅をニルスと一緒に体験しませんか。

春の桜、夏の花、秋の紅葉、冬の雪…。美しい四季が体感できるのは日本人の特権。そんな私たちがだからこそ、読みたくなる「一句」の本があります。シリーズ「一句の本」の本があります。11月は「旅」をテーマに2冊の本をご紹介します。紹介者は矢野百合子さん(いずみ読書会)です。



調子はいかが？

町立病院 ☎42局1231番



ADVICE Health



肺炎球菌のワクチンを接種すると、肺炎にならないと聞いたのですが、本当でしょうか。(70歳・男性)

【肺炎の種類】

肺炎は、感染する病原微生物によって大きく「細菌性肺炎」「非定型肺炎」「ウイルス性肺炎」に分けられます。

種類	病原微生物
細菌性肺炎	肺炎球菌、インフルエンザ菌、黄色ブドウ球菌などの細菌が原因で起こる
非定型肺炎	マイコプラズマ、クラミジアなどの一般の細菌とはタイプ異なる微生物などが原因で起こる
ウイルス性肺炎	インフルエンザウイルス、水痘ウイルス、麻疹ウイルス、ごまごまウイルスなどが原因で起こる

▲肺炎の種類一覧

70歳未満の人が市中肺炎(日常生活の中で感染する肺炎)の原因となる菌はマイコプラズマという病原体が圧倒的に多く、肺炎球菌は2番目です。しかし、70歳以上の人が市中

肺炎の原因となる菌は肺炎球菌が一番多く、次いでインフルエンザ菌となります。この肺炎球菌からの肺炎を予防するワクチンを肺炎球菌ワクチンといいます。

【ワクチン】

肺炎球菌の型は80種類以上あるとされ、日本で発売されているワクチンは、その内の23種類の型に効果があるとされています。(肺炎球菌感染の約80%に対して効果)

このワクチンには「肺炎予防効果」とともに、肺炎球菌による肺炎になっても「軽症である」、「抗生物質が効きやすい」などの効果もあります。また、ワクチンの効果は5年間継続するといわれています。

【肺炎の発症要因】

肺炎は日本人の死因の第4位に挙げられる疾患です。高齢者では加齢に伴い免疫力の低下、気管支の構造が変化するため細菌性の肺炎にかかりやすくなります。また高齢者は、糖尿病や心臓病、慢性呼吸器疾患など合併症をもっていることが多いため、死亡率は年齢とともに高くなっています。

高齢者は風邪やインフルエンザのあと発症することが多く、しかも約3割は肺炎球菌による感染であることが知られています。平成21年度に肺炎が死因となった方は、年間11万人以上(年間死亡者数の10%)、そのうち70歳以上の割合は94%を占めています。非常に高齢者の

の死因となりやすい疾患なのです。

【予防法】

近年、抗生物質が効きにくい耐性菌も出現しており、肺炎の治療を抗生物質に頼るのには限界があり、予防が大変重要になってきています。肺炎球菌は、日常どこにでもいる細菌です。体力が落ちていたり時や高齢者の方など、免疫力が弱くなると病気を引き起こします。

予防の方法は、風邪やインフルエンザと同様に、うがいや手洗いなど基本的なことを行うことが大切です。また、70歳以上の人は肺炎球菌による肺炎を起こしやすいため、ワクチンの接種をお勧めいたします。



肺炎が死因で年間11万人以上が死亡しています。そのうち70歳以上の割合が94%です。70歳以上の人は、肺炎を起こしやすいのでワクチン接種をお勧めします。

【アドバイザー】

川尻龍典さん・かわじりたつひのり 日本呼吸器学会指導医、日本呼吸器内視鏡学会専門医、日本内科学会総合内科専門医・平成2年産業医科大学医学部を卒業後、同大学病院、中部労災病院や筑豊労災病院などを経て、平成15年より町立病院呼吸器内科に勤務。45歳。