

緑友会だより

発行責任者
緑園南・北緑友会
南)会長 根本 暉
北)会長 大野恵美子
編集責任者
大沼 敏章
Tel 045-811-1580



「100年前スペイン風邪と どう戦ってきたか」 〜ウイズコロナの時代を乗り切るには〜

南緑友会会長 根本 暉

昨年一月に新型コロナウイルス感染者が国内で初めて確認されて以降、感染者が増加の一途を辿り、「緊急事態宣言」や「まん延防止措置」が発出されましたが、一年以上経過した現在も収束の道筋が見えません。4月現在の感染者数は、世界で1億4千万人、死亡者は3百万人、日本では感染者数が53万人、死亡者が1万人と報じられています(何れも概数)。

この様な現状に鑑み、2021年度南・北緑友会定期総会は、密集を回避するため、昨年度同様「書面表決」で議決することと致しました。本件実施に際し、皆様方のご理解とご協力を賜り誠に有難うございました。表決の結果は、全ての議案について、原案通りご承認賜りましたことをご報告申し上げます。さて、今回はインターネット・新聞などの情報源から収集した「コロナ」と「スペイン風邪」について紹介いたします。

新型コロナウイルスとは、冬の鼻かぜの原因の一つですが、それが変異し強力になったものが新型コロナウイルスです。一地域のみならず広範囲に広がったものをパンデミックと呼びます。

◎スペイン風邪
(スペインインフルエンザ)

1918年3月頃から1920年まで全世界で流行したスペイン風邪は、当時は電子顕微鏡もない時代で原因は分かかっていませんでしたが、後にインフルエンザウイルスであることが確認されており、おしるスペインインフルエンザと呼ばれる方が正確です。

1914年から1918年まで第一次世界大戦が戦われたその末期、1918年1月ごろにアメリカで感冒が流行し始め、兵士などの移動に伴い、世界各地にこの感冒が拡散していききました。4月にはフランス、イタリア、イギリスなどで感染者が増え、5月に入りスペインの国王や政府の要人を初め、多くのスペイン人が感冒に罹り、中立国であったスペインの新聞で大きく連日報道されました。そのため、世界的流行(パンデミック)を起こしたこの感冒は「スペイン風邪」と呼ばれるようになりました。当時世界人口18億、20億人の1/3以上の6億人が感染し、死亡者数は2千万〜5千万人とされています。

我が国でも1918年8月下旬からスペイン風邪流行が始まり、11月には全国的に大流行となりました。感染者数が2380万人、当時の日本人口が473万人なので、およそ人口の半数以上が感染、死亡者が22万人から38万人とされています。内務省衛生局が「流行性感冒予防心得」を公開し、「咳やくしゃみをする」と目に見えないほど微細な泡沫が周りに吹き飛ばされるので病人、咳をする者には近寄らない、「沢山の人が集まるところ(芝居、活動写真、電車等)には立ち入らない」、「咳やくしゃみをする時はハンカチ、手ぬぐい等で鼻、口を覆う」ことが重要であると書かれています。これは現在の「咳エチケット」、「三密を避ける」と全く同じです。ただ、当時の感染対策では、「手指衛生」(手洗い)に関しては殆ど言われていなかったようです。

◎感染予防の基本を守ることが大事
現在、新型コロナウイルスと人類との



当時の啓蒙ポスター

戦いは、圧倒的にウイルスの方が勝っており、人類はこのウイルスに捕まれないように逃げるしかありません。スペイン風邪など過去の感染症を振り返ってみると、集団の中の一定程度の人数が感染するか、ワクチン接種をして免疫を獲得しない限り、流行は終息しないと言ったことと、一定程度の人数とはどの位かという点、理論的には人口の60〜70%ということですが、新型コロナウイルスの流行は1〜2年続くことが指摘する人もいます。1日も早く安全なワクチンが行きわたることが望まれます。

コロナと戦う武器がない丸腰とも言える私たちは、「咳エチケット」、「三密を避ける」、「ソーシャルディスタンス」、「こまめに手洗い」、「換気」をきちんと守っておくことが必要です。

「新年度を迎えて」

北緑友会会長 大野恵美子

今年度も昨年度同様に新型コロナウイルス感染拡大防止の為定期総会は書面表決で議決することになりました。この一年間、区シニア連、緑園地区シニア連、緑友会等の行事のほとんどが中止となり、六月から毎月の定例会と、さわやかクリーンの掃除を感染防止に気をつけ、人数も少なく短時間で終わりました。今年に入ってからも新型コロナウイルスの変異株が増えつつ自己衛生活余儀なくされています。会員の皆様ともお会いする機会もなくなり、一年が過ぎてしまいました。

ワクチン接種も少しづつ始まりましたがまだまだ普通の生活に戻るまでには時間がかかると思います。もう少し我慢が必要です。

昨年の緊急事態宣言の時にくらべ私達も少し気がゆるんでいる様に思われますので初心にかえり

○マスク着用しても大声での会話は控えましょう。

○屋外でも人の密は避けましょう。

○手洗いを徹底しましょう。

今一度気をひきしめ感染対策をしっかりしましょう。

詐欺も多発しています。気をつけて

☆パソコンや携帯電話の画面にウイルスに感染したと表示された時メールで
利用料金が未納
宝くじに当選した(手数料要求)とメッセージが届いた時にコンビニでプリペイドカードを購入させ支払わせる詐欺
☆また、電話では新型コロナウイルス感染の「ワクチン接種」に関連した振り込め詐欺など多発しています。電話は留守番電話設定にして、この種の電話には出ないことが一番の予防です。皆様気をつけましょう。

コロナに負けないで元氣な皆様に早くお会いできる事を楽しみに待っています。

南・北緑友会定期総会 「書面表決結果」

2021年度 南・北緑友会定期総会(書面表決)の結果報告

表決結果

区分	報告及び審議事項	承認する	承認しない
南 緑 友 会	①号議案 2020年度事業・活動報告	34	0
	②号議案 2020年度決算報告	34	0
	③号議案 2021年度事業・活動計画(案)	34	0
	④号議案 2021年度予算(案)	34	0
	⑤号議案 2021年度役員・班長	34	0
	回答数 会員数 35名	34	0
北 緑 友 会	①号議案 2020年度事業・活動報告	42	0
	②号議案 2020年度決算報告	42	0
	③号議案 2021年度事業・活動計画(案)	42	0
	④号議案 2021年度予算(案)	42	0
	⑤号議案 2021年度役員・班長	42	0
	回答数 会員数 44名	42	0
合計	会員数 79名	76	0
参考:回答率		96.20%	

今年も定期総会は書面表決にいたしました。結果を本誌でご報告いたしました。表決の結果原案通りのご賛同が96%強。従って承認可決いたしました。なお、お配りした議案書の新年度役員、班長、事業計画及び予算の「案」を正

規と読み替えてください。 会員の異動(令和三年一月以降)

- 【新役員】(以下敬称略)
- 南緑友会
会長 根本 暉(再任)
副会長 吉沢 逸男(再任)
総務 大沼 敏章(再任)
監査 桂 正洋(再任)
北緑友会
会長 長谷川 幹夫(再任)
副会長 大野恵美子(再任)
総務 真島 昭勝(再任)
監査 川口 美江子(再任)
神野 芳子(再任)
山下 隆(新任)
薄井 純夫(再任)
- 【新班長】
南緑友会
○は班
小林 誠七(再任)
吉沢 逸男(再任)
中村 美子(再任)
川口 英子(再任)
- 北緑友会
① 神野 行雄(新任)
② 兼 川口 美江子(再任)
③ 兼 真島 昭勝(再任)
④ 兼 堀田 長司(新任)
⑤ 兼 大野恵美子(再任)
- 【役員退任】
北緑友会
監査 波辺みどり
- 【班長退任】
北緑友会
① 針生 勲
④ 賀川 義昭
- 【退会された方】
佐々木 正(北緑友会①)
端山 昌之(北緑友会①)
石井 義昭(北緑友会②)
小菅 昌一(北緑友会②)
山川 昌一(北緑友会②)
水村 美津枝(北緑友会②)
退会された方には在会中大変お世話になりました。お返しに健康に留意されお幸せにお過ごしください。
- 【新入会員紹介】(一月以降)
二片日出子(南緑友会③)
末永 麗子(南緑友会③)
よろしくお願ひいたします。

緑友会の主な活動（一月以降）

- 一月十七日 『定例会』
- 一月三十一日 『さわやかクリン』
- 二月二十一日 『定例会』
- 二月二十八日 『さわやかクリン』
- 三月二十一日 『定例会』
- 三月三十一日 『さわやかクリン』
- 四月九日 『決算・予算案役員会』
- 四月十五日 『総会議案書印刷・製本』
- 四月二十五日 『定例会』
- 四月三十日 『さわやかクリン』

新型コロナウイルスのワクチン接種について

連日猛威を振るっている新型コロナウイルスの拡散防止策として、緊急事態宣言、まん延防止重点措置が発出されている中で、遅ればせながら始まった予防ワクチンの接種状況などがテレビで連日放送されており、緑友会会員の中にはすでに予防ワクチン接種の予約を済ませられた方もおられるかと思いますが、これから予約される方のためワクチン接種に関することに絞ってご紹介します。（情報は「厚生労働省」と「横浜市」のホームページから高齢者に必要な部分のみ抜粋してみました。）

ワクチンの需要が多く供給が世界的に逼迫しており、国の要求通りに入手出来ないのが現状です。

「我が国の自治体への配送状況」

高齢者向けワクチンの配送予定 NHK		
	東京・神奈川・大阪	44道府県
4/5 - 4/11	4000回分	2000回分
4/12 - 4/18	2万回分	1万回分
4/19 - 4/25	2万回分	1万回分
4/26 - 5/9	全国で計574万回分	
5/10 - 5/23	全国で計1600万回分	

現在国の配送予定に基づいた横浜市の接種予約システムは次のとおりです。なおワクチンの接種は無料です。

一、【接種券の入った個別通知】市から該当者に郵送されます。

個別通知の時期と集団接種会場

通知発送時期	対象者
4月23日(金)(済)	80歳以上
4月30日(金)(済)	75～79歳
5月10日(月)(済)	70～74歳
5月14日(金)(済)	65～69歳

集団接種会場	
1 東区	東公会堂
2 旭区	旭スポーツセンター
3 瀬谷区	瀬谷スポーツセンター
4 都筑区	都筑公会堂

二、【高齢者接種の見直し】（4月27日現在）

4月12日から高齢者施設の利用者を対象とした「施設接種」はすでに開始されています。医療従事者や施設接種以外の方の接種会場は大勢の人が接種を受ける「集団接種」と、市内の身近な病院・診療所等で受ける「個別接種」のどちらかを選択出来ます。

「集団接種」は5月17日（月曜日）から18区19会場で実施が始まりますが、6月7日以降、順次、市内十数か所に「その他会場」を開設し、集団接種の会場が追加される予定です。

「個別接種」は5月24日（月曜日）から開始される予定です。

三、【集団接種の予約方法】

○集団接種・個別接種とも接種は通常3週間の間隔で2回必要です。最初の予約時に2回目も予約してください。最初「3密」を避けるため会場での予約は受け付けませんので必ず事前に予約専用の連絡先に予約してください。

予約する場合は「個別通知（接種券）」が必要です。

予約の方法は個別通知に同封されている「接種のお知らせ」に記載されています。パソコン、スマートフォンからも予約可能です。

電話の場合は「予約センター」

電話 0120-045-112 9時～19時まで

四、【「個別接種」について】

5月24日（月曜日）から、市内の一部医療機関で「個別接種」を開始します。なお、早く接種を受けたい方は「集団接種」をお勧めします。

①【予約方法】

接種医療機関の一覧及び予約方法は5月12日（水曜日）に横浜市ウェブサイトを等で発表します。ウェブサイトを閲覧いただけない方はコールセンターに問い合わせください。

②【予約開始】

医療機関により予約開始日が異なりますが、5月17日（月曜日）以降、順次開始していきます。

五、【ワクチン接種を受ける時】

個別通知に同封されている「ワクチン接種の予診票」提出後問診があり、持病のある方は接種して良いか事前に主治医に確認しておいてください。上腕の肩に近い部分に接種するので半袖の下着を着用。接種券と身分を証明できる運転免許証か健康保険証等を必ず持参してください。

六、【ワクチン接種を受けた後】

会場係員の指示に従ってください。副反応の有無を確認するため接種後15分以上接種会場ですべての様子をみるようです。

七、【接種に関する質問等】

以上概略説明になりましたが、不明な点や質問等は「コールセンター」に問い合わせください。（ここで予約はできません。予約は「予約センター」）

電話 0120-045-070 9時～19時まで

会員全員が一日も早く接種を受け、安心・安全な生活を取り戻し、楽しい緑友会活動が可能なよう期待しております。

編集後記 昨年同様今年も新型コロナウイルス特集になってしまいました。先ずは日頃3密を避け、不要不急の外出を自粛し、手洗いやうがいを励み、ワクチン接種前に感染しないよう充分気を付けてください。そして接種の副反応を恐れず、医師に相談するなり全員が接種し、一日も早くコロナ以前の生活を取り戻しましょう。

緑友会のクラブ活動紹介

仲間と一緒に楽しみながら「心と身体の健康」を増進しましょう

コロナの影響で現在活動自粛中のクラブが多いため、入会ご希望の方は連絡先に状況を確認してください。

ひまわり (卓球クラブ)

老化予防に最適
松戸予防にも働き力を養えます
一緒に楽しみませんか?



月2回 第2・第4水曜日
午後 3:00より
会費1回100円 (会費のみ)
緑園地域交流センター
連絡先 高橋 813-1269

カワセミウォーキングの会

公園でラジオ体操後大池公園を一周朝早く小鳥やリスと会話しませんか?



毎日実施 ただし、雨天中止
場所: 7丁目公園
集合時間 6～9月 午前 5:30
10～5月 午前 6:30
連絡先 大澤 813-4606

野外で楽しみながら健康増進を图りませんか?
グラウンドゴルフ 緑園GG会



皆さんの参加を待っています
会費 1,500円/年
毎週 月曜日 金曜日
午前 9:00～11:00
緑園東公園 (緑園GGグラウンド)
連絡先 小林 814-3357

カラオケ カサブランカ



励ましたり、励まされたり
楽しく唄っています
月2回: 第2金曜 第3土曜日
午後 100より
会費: 1回 1,000円(お茶付)
場所: 5丁目 ボイス
連絡先 神野 812-6372

カラオケ アイビー会



和気あいあいの仲良しグループです
毎月 第2・第4木曜日
午後 2:00より
会費 1回 1,000円(お茶付)
場所: 5丁目 ボイス
連絡先 大沼 811-1580

カラオケ ROC (緑園音楽77)



認知症予防に新曲へ挑戦
月1回: 第2水曜日
午後 100より
会費: 1回 1,000円(お茶付)
場所: 5丁目 ボイス
連絡先 長谷川 812-6987

食べ歩き **桃園の会**
いろいろなお店を巡り食事を楽しみながら会員との親交を深めています



この店にこんなメニューが!
新しい発見もあります
奇数月と12月の第4木曜日
午後 6時より
主に緑園の飲食店
会費 実費
連絡先 下山 811-9861

麻雀クラブ 会員募集



楽しく遊ぶ健康麻雀です
連絡先 桂 812-9334