



# Anna先生のLife in JAPAN Vol.13

■Anna・George  
1987年生まれ。英国ノーフォーク出身。  
2010年8月から只見町英語指導助手。  
小学校と中学校で語学の指導を行います。

アメリカから戻ってきたら、只見は雪景色でした。去年の1月と比べると、雪がまだそんなには降っていないかなあとと思うのですが、きっと2月にはまた降るんでしょうね。冬はいつも私にとって忙しい季節です。今年も、友人のALTと相撲を一緒に見に行きました。取り組みをずつと見ていました。相撲の場所中に取り組みがどんどん変わっていくのがおもしろいですね。

今、長野県の信州湯田中への旅行も計画中です。冬の間にあちこち巡ってみたいです。長野にいる間に信州牛をぜひ食べてみたいと思います。



(訳・只見中・福地)

学校は今、一年で一番短い3学期です。イギリスでは一番長い学期なのですが、冬休みと春休みの間に一週間の休暇があります。なので、あんまり長く感じない学期でもあります。そして、次年度に6年生が進級してくるのを楽しみにしています。小学校で学んできた英語を中学校にきても覚えているといいなあと思っています。

だんだん只見の雪まつりですね。今年も見に行くのを楽しみにしています。只見はやつぱり遠いですが、福島県内のALTもいつばいきてくれるといいですね。

## 広報ただみ診療所

朝日診療所

医師 若山 隆

### 『肺炎球菌の予防接種について』

今回は、肺炎球菌の予防接種のお話です。

肺炎球菌の予防接種には小児用のものと成人用のものがありますが、今回は成人用の予防接種のお話をします。

肺炎は、肺に細菌が感染する病気です。いろいろな細菌が肺炎を起こしますが、肺炎の原因の約半分は肺炎球菌によるものといわれています。

肺炎の症状は高熱、呼吸の苦しき、咳・痰などです。肺炎は日本人の死因の第4位になっており、65歳以上になると特に増えてきます。85歳以上の方に限れば死因の第3位です。高齢者にとって肺炎にかかるとはねたきりの原因にもなります。肺炎にかからないことが非常に重要です。

成人用の予防接種は1回だけ皮下注射するだけです。効果はこぶし苑や只見ホームなどの施設に入所している方であれば、肺炎を減らし、肺炎球菌が原因の肺炎死亡率を減らすことが明らかになっています。施設に入っていない高齢の方に関しては、残念ながら死亡を減らすことができません。証明されてはいませんが、今後さらなる効果の検討が求められるところです。

予防接種の副作用は、注射部位の腫れ、数日間の発熱などがおこることもありますが、後遺症の残るような副作用は非常に少ないです。

費用に関しては、通常であれば接種費用がかかりますが、

平成23年11月末からは、赤十字の接種事業により、70歳以上の方であればなんと無料で接種できるようになっています。残念ながらいつまでも無料ではないので、早めに申し込むことが重要です。

申込方法は平日の日中に朝日診療所に電話で申し込むことができますし、外来受診した際に受付で申し込むこともできます。

風邪はウイルス感染が原因なので肺炎とは違います。普段は風邪をひかないからといっても、肺炎にかかることはあるので安心はできません。

健康はなによりも大切です。この機会にぜひみなさん、肺炎球菌の予防接種を受けることをお勧めします。