

4月度

三洋電機洋友会 京滋地区事務局
〒574-0046 大阪府大東市赤井1丁目2番10号
ポップタウン本館ビル6階
Tel: 072-871-7860 Fax: 072-871-7870
E-mail: keiji@yoyukai.jp
ホームページ: <http://yoyu-keiji.sub.jp/index/>
洋友会本部 Tel: 072-871-7860 Fax: 072-871-7870
E-mail: honbu@yoyukai.jp
ホームページ: <http://www.yoyukai.jp>

京滋地区だより

お願い: 会員死亡の際は、ご家族・知人から速やかに洋友会本部へご連絡ください。

【1】会員状況(4月1日現在)

① 入会 —新入会員をご紹介します—

田浦^{たうら} 功祐^{こうすけ} さん 大阪府枚方市藤阪東町
(最終所属) 三井住友ファイナンス&リース株式会社

② 退会 北尾 達彌 さん 奈良県奈良市古市町
後井 眞司 さん 京都府京田辺市松井ヶ丘
松岡 輝明 さん 大阪府枚方市養父丘

③ 訃報 堀 光順 さん 大阪地区 R. 3. 8. 1 享年 86 歳
荒木 彰浩 さん 大阪地区 R. 3. 12. 27 享年 93 歳
明智 幸男 さん 大阪地区 R. 4. 1. 7 享年 83 歳
西村 憲光 さん 大阪地区 R. 4. 3. 23 享年 78 歳

謹んでご冥福を
お祈りいたします

④ 会員数

全 国 3,824 人
京滋地区 125 人

【2】行事と連絡

(1) 令和4年度 京滋地区総会のご案内

令和4年度の京滋地区総会を、下記の通り開催いたします。

日 時 : 令和4年4月21日(木)

受付: 午前10時00分から 総会開始: 10時30分から

会 場 : 都ホテル京都八条 地階 末広の間

京都市南区西九条院町17 ☎ 075-661-7111

会 費 : 1,000円 (当日、会場にてお受けいたします)

お願い : 出欠ハガキを送られていない方は、今すぐ投函いただくか、京滋地区事務局、
又は、役員までご連絡いただきますようお願いいたします。

- ※ キャンセルは、総会の3日前<4月18日(月)>までにご連絡ください。
- ※ コロナ対策として、検温を行います。また、マスクの着用をお願い申し上げます。
- ※ 3回目のワクチン接種を済ませて、ご参加ください。
- ※ 詳細は、3月度地区だよりに同封の「総会ご案内」をご覧ください。

(2) 令和4年度 洋友会年会費 引き落としのお知らせ

コレクト会員（自動引き落としを承認いただいている方）の年会費（4,800円（但し、81歳以上の方は3,600円））は、4月13日（水）に引き落としさせていただきますのでご了承ください。

【3】クラブ活動ご案内

(1) 第3回 『洋友一休会』カラオケクラブ

日時：令和4年4月1日（金）12:30～17:00

場所：PLUS ONE（プラスワン） ☎ 0774-26-4268
京田辺市田辺鳥本15-2F

会費：1,200円（当日会場にて集金）

お願い：準備の都合のため、参加者は下記へ連絡してください。

連絡先：織田 智雄 ☎ 0774-65-2682 📱 090-1907-2682

(2) 第94回 『親洋会』ゴルフコンペ

※ 今回も、新型コロナウイルス感染対策に配慮しての開催とさせていただきます。

開催日：令和4年4月6日（水）

場所：東城陽ゴルフ倶楽部
京都府城陽市寺田奥山1-48 ☎ 0774-52-1161

スタート：9時30分 OUT/IN 同時スタート

集合時間：9時00分（時間厳守でお願いします）

その他：費用、会費、競技方法、等は詳細案内でご確認ください。

連絡先：安田 PCメール FAX:0745-77-5090 携帯:080-6741-5090

(3) 第116回『京滋ボウリング』クラブ

※ 今回も、ボウリング場“ラウンドワン・京都河原町店”の新型コロナウイルス感染防止対策を順守しての開催とさせていただきます。

日 時 : 令和4年4月13日(水)

10時30分集合 10時45分ゲームスタート

場 所 : ラウンドワン・京都河原町店 ☎ 075-213-8411

京都市中京区河原町三条下る山崎町250番地

会 費 : 無料(今回は、クラブ会費の剰余金より充当)

連 絡 : 参加申込み 4月6日(水)までに

連絡先 : 五嶋 📞 090-1072-3413 又は 堀口 📞 090-8758-0774

【4】クラブ活動報告

(1) 『洋友一休会』カラオケクラブ

新型コロナ・オミクロン株の感染拡大のため、3月2日(水)に予定されていた月例会は、開催中止といたしました。

(2) 『京滋ボウリング』クラブ

新型コロナ・オミクロン株の感染拡大のため、3月16日(水)に予定されていた月例会は、開催中止といたしました。

【5】 今月の健康

疲れた時には 要注意！

春の陽気を日増しに感じるようになり、活動的な季節になってきました。自宅に籠りがちな生活から活動的な生活になると疲れが出やすくなることもあるかと思えます。

そこで、今回は疲れた時に注意が必要な「**带状疱疹**」に関するお話です。

◆带状疱疹について

带状疱疹は、多くの人が子どものときにかかる水ぼうそうのウイルス（水とう・带状疱疹ウイルス）によって起こる病気です。このウイルスは、水ぼうそうが治った後も身体の神経節と呼ばれる部分に潜んでいて、免疫力が低下したときに活動を再開し、带状疱疹を引き起こします。以前は高齢者に多い病気でしたが、最近では若い年代にも増えているといわれています。

◆症状と経過

带状疱疹になると、神経の流れに沿った帯状の赤い斑点や水ぶくれといった皮膚の症状とともに痛みが起きます。

【経過】

①皮膚にチクチクするような痛みやかゆみなどが現れます。带状疱疹は胸やお腹、背中に起こることが多いですが、顔や手足など全身いずれの場所でも発症します。

②痛みを感じた場所にブツブツとした赤い斑点ができ、水ぶくれとなって帯状に広がります。

③水ぶくれが“かさぶた”となり、皮膚の症状はおさまります。ほとんどの場合、皮膚の症状が消えるとともに痛みも無くなります。

以上のような症状は身体の左右どちらか片側だけに起こり、一度に二ヶ所以上の場所に現れることはほとんどありません。痛みが起こり始めてから“かさぶた”が治るまでは約三週間から一ヶ月程度かかります。

また、炎症が強く神経が傷ついた場合は、皮膚の症状が消えても痛みが消えずに、痛みが慢性的に続く带状疱疹後、神経痛に移行することがあります。

◆原因と予防

带状疱疹は、身体の免疫力が低下することで起こります。免疫力が低下する原因には、過労や大きなストレス、ケガ、病気などがあります。無理をしないで栄養と睡眠を十分とり、規則正しい生活を心がけて免疫力の低下を防ぐことが大切です。

◆治療

ウイルスの増殖を抑制する「抗ウイルス薬」と、痛みを和らげる「消炎鎮痛薬」が代表的な治療方法です。尚、带状疱疹の痛みは、冷やすとかえって強くなるため、なるべく温めるようにします。早期に治療を行うことは症状の悪化を防ぎ、皮膚や神経のダメージを軽くすることに繋がります。「带状疱疹かも？」と思ったら、できるだけ早く皮膚科を受診して、治療を始めるようにしましょう。

◆うつるの？

带状疱疹は、自分の体内に潜んでいたウイルスが再び暴れ出すことによって起こる病気であるため、他の人にうつることはありません。しかし、水ぶくれの中にはウイルスがいるため、水ぼうそうにかかったことのない人はウイルスに感染して、水ぼうそうを発症する可能性があります。“かさぶた”に変わるまでは感染する可能性があるため、それまでは水ぼうそうにかかったことのない人との接触は避けるようにしましょう。また、患部との接触によってウイルスは感染するため、患部をガーゼでしっかり覆う、患部を触った後の手洗いの徹底などを行い、他の人への感染を予防しましょう。尚、水ぶくれが全身に点々と広がっている場合は、空気感染を起こすようになりますので詳しい感染の予防方法に関しては医師に確認するようにしましょう。免疫力が低下した状態は、带状疱疹の他にも病気や体調不良などを引き起こしてしまうこともあります。忙しい日々の中でもしっかり休息をとり、疲れをためないようにしていきましょう。