



新型コロナと免疫力



上村清 (公益財団法人富山YMCA 評議員会議長、
富山医科薬科 (現富山大学医学部) 大学感染予防医学講座元教官)

日本における新型コロナウイルスの感染者数や死者数が先進国の欧米に比べて著しく少ないのは、日本人が清潔好きだからなのでしょう。かつて富山医薬大(現富山大学医学部)で感染予防医学を担当し、感染症対策のために南アジアに度々出かけておりました。バングラデシュやインドなどで、子どもたちは、泥まみれになって、眼が輝き、明るく、たくましく育っていて、アレルギー児は見当りませんでした。それらの国での新型コロナの感染者や死者が清潔国日本より少ないのです。ベトナムや北朝鮮ではまだ1人も死者を出していません。病原体に接することで、体内の免疫細胞が強められ、免疫力でウイルス感染から守られているに違いありません。

赤ん坊は生まれて数時間もすると体内に多くの微生物が侵入して住みつき、それらと共生することで、免疫細胞が強められ、免疫力で未永く病原体から守られるのです。清潔すぎる環境で育てると、免疫細胞が強められず、かえってひ弱な体質となりがちです。

1本の遺伝子をタンパク膜が囲んだだけの新型コロナウイルスは、熱や紫外線、アルコールなどですぐに死滅します。古くからコウモリに寄生していたのが、人に寄生出来るように突然変異したのですが、人が10万個を吸い込んだとしても1個しか寄生できません。患者は1万人に1人ほどしか出ていません。その患者の8割は他に感染させていません。全死因の0.2%にしかすぎません。40代以下の若者の死亡率は0.1%以下で、28歳未満の若者は1人も亡くなっていないのです。それほど怖れなくて大丈夫ではないでしょうか。

新しい生活様式として身体的距離を確保することが強調されます。でも、人と接することは人間性の基本であって、それを怖れることが体に染みついたら恐ろしいことになると思います。免疫力を高めるには、適度の運動とリズムカルな生活、熟睡、バランス良い食事とストレス解消が大切です。あまり神経質にならず、伸び伸びと楽しく過ごしませんか。

YMCAは、子どもたちの健やかな育ちを願って活動しております。子どもたちを、自然の中で存分に遊ばせ、交わらせ、自然免疫を高め、たくましく育ててあげようではありませんか。

夏の特別プログラムのご報告

まんてん星空キャンプ (7/23~24)

昨年度の雨天をリベンジ！ということで今年も開催されたまんてん星空キャンプ。到着してしばらくの間は暑くもなく過ごしやすい天気。しかし夕方が近づくにつれ雲行きは怪しく、次第に雨が降り始め、夜にはまあまあの雨模様。空の星は見えなかったけれど、テントの中を星空にしました。次の日も降ったり止んだりの安定しない天気の中、みんなの前に合わられたのは一頭のニホンカモシカ。その瞬間、まんてん星空キャンプはまんてんカモシカキャンプだ！と周りは盛り上がり。科学博物館で見たプラネタリウム、堤町センターを暗くして行った手作りプラネタリウム。本物の星だけは見られなかったけれどなんだか不思議と楽しいキャンプでした。1日目の真夜中、リーダーと数人のお友だちだけで一瞬見たあの最高にキレイだった星空は内緒のお話です。



フリーポートキャンプ (8/1~2)

知る人ぞ知る、学童スペシャル企画「フリーポートキャンプ」！お馴染みYMCA 駅前センター6F「フリーポート」を拠点にして、1日目はリーダーが先生に扮して、国語→算数→英語→理科→図工をみっちり学習。かしこくなった後は屋上で豪華バーベキュー。夜は映画大会と、子どもたち発案運営のキモだめし！（フツーにこわかった）夜は、フリーポートにテントをたてて、寝袋の中に入っごろ寝。

2日目は、早めに朝食をとって、みんなで岩瀬浜まで。海水浴班と、釣り班に分かれて、それぞれ思いっきり「夏」を満喫しました。

YMCAに泊まるという初の試み！子どもたちにとっては、新鮮でわくわくドキドキしたでしょう。いつもと同じYMCAがいつもと違うように見えて、いつもと同じ学童のお友達やリーダーが、なんだかいつもと違って家族にも見えました。

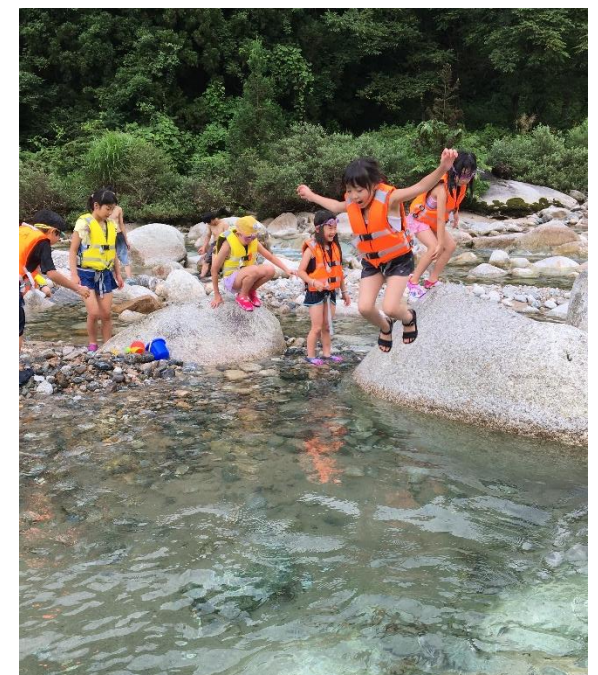


キトキト清流キャンプ (8/9~10)

今年度の「キトキトキャンプ」は、片貝山ノ守キャンプ場（魚津市）で開催しました。例年は、海水浴や海釣りなどマリンプログラムを中心とした3日間のテント泊キャンプを実施していましたが、コロナ禍の影響を踏まえて、期間を2日間と短縮し新たなスタイルでのキャンプとなりました。

今回のキャンプのメインプログラムは「川あそび」です。ライフジャケットに身を包み、パディによる安全への理解を学びながら、メンバーもリーダーも思う存分川あそびを満喫しました。特にメンバーが夢中になったのは「なんちゃってダイブ」!! 大きな岩からのダイブはちょっとしたスリルもあり、何度もチャレンジしていました。

天気にも恵まれた今回のキャンプは満天の星空も見ることででき、中には流れ星を見た幸運者もいました。2日間と短い時間ではありましたが、終始メンバーの笑顔が絶えないキャンプとなりました。





カントリーキャンプ (8/9~10)

毎年恒例！八尾の山奥、古民家「野良里」での田舎体験キャンプ！今年は幼児キャンプが開催されなかったため、例年以上にキャンプ初めての小さいお友だちが数多く参加してくれました。しかし初参加なんて微塵も感じさせないパワフルさ！山を川を林を駆け回り、家の中のアブを倒しまくり、カレーを食べまくり、これぞ夏休み！を大満喫しました。そして一番驚いたのは、荷物の整理が驚くほど上手なこと！お家の人と事前に確認しながら準備したことがよくわかるほどテキパキと使った服を袋に入れ、次の服を出してもう完璧！だから現地を出発する時間のギリギリまで思い残すことなく遊び続けることができました。ちょっぴり不安そうな顔もあった出発前でしたが、たくさん遊んで、自分でできることは何でもやって、きつとたくさんの自信がついたキャンプになりました。



夏休み英語スペシャル (8/7~8)

今年の夏休みは、8月7日・8日の2日間の英語プログラムを行いました。堤町本館と駅前センターの2拠点でそれぞれ90分という時間、英語で夏をテーマにした新しい言葉を学び、ゲームをたくさんしたり工作したりと楽しい時を過ごしました。YMCAの外国人講師が4人も参加しており、いつものクラスとは違う先生とも触れあう機会がありましたね。

このコロナ禍でいつもなじみのメンバーと一緒に英語づけのプログラムが出来て当初予想した以上にも充実感と満足感でいっぱいになりました。恒例行事にしたいくらい(笑)。これからもみんなが英語って楽しいと思えるようなプログラムを展開していきたいと思っています。楽しみにしてください。



3Days サマースクール in フリーポート (8/11~13)

日本で一番短い富山市の夏休み、その貴重な3日間をサマースクール in フリーポートで遊んで、宿題して、また遊んで、と楽しく過ごしました。そして3日間だけあっていつもより豪華に、リッチなプログラムが実施されました。みんなの好きな物が詰まった大ビンゴ大会やシロップだけじゃなくて、アイス、ジャム、サイダーとそんなものまでトッピング！？なかき氷大会、抱えきれないくらいおやつを貰ったおやつルーレットや射的、輪投げなどフロアいっぱいを使った大夏祭りややりたいと思っていたことがいろいろ全部できた3日間でした。もちろんいつもよりは少ない宿題もばっちり済ませて、いつもの気心知れる仲間たちと笑顔の尽きない日々を過ごしました。次は冬休みに会おう！

わいわい萩っ子

「水遊びって楽しいね！！」

現在ひよこ組0歳児クラスには生後7か月～1歳になった子ども達9人が元気に過ごしています。強い日差しの中でもしっかり日陰を作り、水遊びを楽しんでいます！

今では水がかかってもみんなへっちゃんな顔をしています。最初は大泣き...(笑)地面にお尻をつけることさえ嫌だったり、水が怖くて触れることすら「やだー！！」と泣いていた子ども達でした。毎日少しずつ外に出る時間を伸ばし、カップで水をすくって見せたり洗面器に水を張って玩具を浮かばせてみたりと様々な工夫をしながら水遊びの楽しさを伝えるようにしました。すると今まで泣いていた子ども達も徐々に慣れてきて、水を手でバシャバシャして楽しんだり、マヨネーズ等の容器に水を入れてピューっと出しては得意気な顔をみせてみたり等、日に日に自分から遊び出すようになりました。ジョーロで上から水を流すだけでもみんな目を輝かせて思い思いに楽しんでいる子ども達です。

これからも季節ごとの遊びをたくさんたくさん経験できるように色々工夫していきたいと思っています。
二間華 (0歳児担任)



Wai Wai News Board

★ポジティブネット募金のご報告★

7月から行っていますポジティブネット募金。8月までに267,237円の募金をいただいています。下記にご協力いただいた方のお名前を載せております。

浅岡桜優心 網谷美智代 飯田遙斗 池田一徹 和泉文美
岩田拓真 大崎洋典 大田律子 尾崎友紀 笠置雍夫
金木さつき 上村香野子 亀谷慶仁朗 亀谷謙大 川淵映子
久郷順子 小泉宗政 小沼浩和 小林亮介 島田茂 島田大
島田美織 清水由紀子 菅原美穂子 高木裕和 高田麻寸美
武田寛矢 竹中成行 田中厚至 田中智也 土肥和美
中川喬之 西嘉葉 平野泰地 深澤晃平 松井佑夏
松田誠一 吉岡衛 吉村昂大 吉本貞一郎 若松雅代 各センター設置の募金箱に募金して下さったみなさん(五十音順、敬称略)

たくさんのご協力ありがとうございました。引き続きよろしく願いいたします。

●新型コロナウイルスに関するお知らせ●

富山県においても新型コロナウイルスの感染が日々報告され、今後もコロナ禍が続くことが予想されます。

YMCAでは、個人情報保護のため、濃厚接触者また感染者が出た場合も情報公開は控えさせていただく方針です。ただし、事前事後を含めて濃厚接触の可能性のある方に対しては個人的にご連絡致します。

またお仕事やご家族、ご病気等の関係で、即時情報が必要な方は事前にお申し出ください。

同時に、濃厚接触や感染の可能性のある方は、情報をYMCAまで速やかにご報告頂くことをお願い申し上げます。

YMCAは、今後も感染対策を取りながら、楽しいクラス、活動をみなさまにお届けできるように努めたいと願っております。

みなさまのご理解ご協力よろしくお願い致します。

■イベントのご案内■

身近な自然と遊ぼう「ネイチャーゲーム」

日時：2020年9月19日(土) 9:30~11:00

場所：オレンジパークふなはし

講師：竹中成行(ネイチャーゲーム指導員)、
杉江真佐美(ネイチャーゲーム指導員)

参加費：500円

持ち物：水筒 タオル 帽子・マスク(大人のみ)

・小雨決行なので、雨具や傘の用意(大雨中止。

日程変更して再度イベントを立ち上げます。)

※詳細はHPをご覧ください。

<https://kosodate-share.asmama.jp/events/10990>

ワークショップ「気候変動について考えよう」

日時：2020年9月25日(金) 19:00~20:30

場所：富山YMCA駅前センター

内容：気候変動について考えるワークショップ

講師：竹中成行(富山YMCA職員、青年海外協力隊OB
開発教育協会会員)

募集人数：15名程度

参加費：500円(青年海外協力隊富山県OB会会員

および富山YMCA会員は無料)

※詳細はFaceBookページをご覧ください。

<https://www.facebook.com/events/719140038816997>