

# 濁水かわら版

第 110 臨時号 2021 年 5 月 29 日

ポケ防止を兼ねて 中安 宏規

スペイン風邪から 100 年 ⑬

## 40 代女性医療従事者のワクチン接種体験談

### ちやどくが ツバキの茶毒蛾退治や…トアホン 壊れる…

**Prolog** 5月5日配信の109号で、次回発行を5月下旬と予告しました。その下旬になりましたが、準備が出来ず、臨時号の配信になりました。新聞 TV の独自報道にあたる見出しの「40代女性医療従事者のワクチン接種体験」を入手しました。次頁は、私の最近の行動記録を披露します。わずか2ページの臨時版ですが、ご笑読下されれば幸いです。

## 2 回目 熱が出たのは女性ばかり

前略 ワクチン接種の予約とれたそうによかったですね。私は先週 16 日に 2 回目を打ちました。

ワクチンは筋肉注射ですから、打ったら筋肉痛のように触ると痛くて、腕がだるい感じ。腕が腫れたり、熱を持ったりしたら「熱さまシート」(冷やしたい肌に貼る人気の商品名)や保冷剤で冷やせば大丈夫です。

1 回目は私も含めて、働いている医院のみなさんは全然平気でした。2 回目は副反応が強いと言われます。特に女性の副反応が強いみたいです。(女性の副反応が強いと言われているのは、ワクチンに化粧品と同じ成分が入っているらしく、化粧品アレルギーが強いみたいです)

私は 2 回目を 16 日(日)の 10 時に打って、その日は腕が上げると痛い。翌朝も微熱(37.1 度)程度でちょっとダルさがあるくらいで全然平気だったから仕事に行きました。夕方仕事から帰ってきたら、さすがにちょっと疲れたかなー?? という感じがあって、夜には節々が痛くなり 38 度くらいの熱が出ました。解熱剤をもらっていたから、それを飲んで寝ました。翌朝(火曜日)起きたらスッキリして、熱も 36 度台になっていつもの感じでした。火曜日仕事に行き

ました。

医院の人達(10人)は2回目を打って、高熱が出たのは私だけでした…他の人は微熱程度で、翌日もみんな働いていたそうです。私は熱がガッと上がって終わりでしたけど、他の人は腕が痛いのが4日くらい続いた人もいれば、ダルさだけで1回目とほとんど変わらなぬという人などいろいろでした。

私の周りで熱が出ているのはみんな女性ばかり、男性でひどくなった人は聞いていませんが、貴方は80歳。ワクチン打って変だなと思ったら、ほとんどの人が、熱が出ているみたいなので、打つ先生に相談したらよいでしょう。

私も熱が出たということは、身体が抵抗しようとしているんでしょうね。なんかワクチンが効いた感じがあります!!笑笑。

皆さん、参考になったでしょうか? 感想を聞かせて下されば幸いです。

最近のNHK-BS1の海外ニュース放送では、各国のワクチン接種現場の映像が流れています。TVはあまりみないので判りませんが、日本は接種予約の混乱がニュースの主題になっていました。私のワクチン接種は、1回目6月11日午後4時、2回目7月2日同時刻の連絡がありました。わが家から100m程の1型糖尿病の相談をしているセカンドオピニオンの先生にお任せで望みます。その報告は配信します。

### エアロゾル(aerosol=空気中に漂う微粒子)に注意!!

5月28日の毎日新聞朝刊が特集を組んでいました。重たいコロナウイルスは2m以上飛ばないと言われますが、軽いウイルスは、換気扇や湿度などで浮遊し新たな感染源として欧米で研究が進んでいる。米ハーバード大のチームは、昨年4月の横浜に入港したクルーズ船で死者を出した感染拡大は、エアロゾルが原因の論文を発表した、と。わが政府は、手が回らないようです。

## ちゃどくが ツバキの茶毒蛾退 ドアホン壊れる 電子レンジの料理

① わが家の寸地の庭には、10本ほどのツバキ属ツバキ科のやぶつばき さざんか藪椿と山茶花があります。ツバキ属の原産地は、東南アジアで日本はその最北端です。



ヤブツバキ



サザンカ

自生分布する種の数はずか3種1亜種1変種。世界の鑑賞用に利用されている大部分は、ヤブツバキ、ユキツバキ、サザンカに由来するそうです。最近咲かない白のツバキはユキツバキの可能性ありです。日本固有のヤブツバキは、南は沖縄から北端が青森。青森市の20kmほど北の夏泊半島なつどまりと言われています。またツバキのタネをまいて育てると、親木とは違う花が咲くそうです。人間さまも、親に反発する人もあり、魅力ある植物と改めて感じました。(NHK 出版「趣味の園芸ツバキ、サザンカ」より引用)

② 美形の人に群がるようにチャドクガが4月と7月の2回発生します。ドクガは葉の裏に卵を産みつけ、それが幼虫となる。脱皮した抜け殻に触っただけでも激しい痛みを襲われます。昨年8月は猛暑に襲われました。私も、ぐったり。ドクガが茂った葉の中ほどに隠れていたのを見失い、気づいた時は葉の半分ほどを失っていました。近所の路地では全部切り倒した話を聞きました。

秋に枯れ枝を落としましたが、高い枝はそのまま越年。ことしの4月は雨続きでした。チャドクガの発生を抑えるため雨が上がった5月23日、全身完全装備で武装して目線より高い枝のこぎりを鋸で切り落としました。3時間を要した作業。同時にチャドクガを見つけ退治しました。その後もドクガが発生しておりスミチオン液で退治を続けています。

### ドアホン 壊れ苦戦 10日間

③ 5月19日(水)、来客の「ドアホンが鳴らない」とドアを叩く音に気付いた。室内のモニターを押すと、「ドアホンにつながり」表示がでる。室内の録画された内容は写る。そこで来客が押す玄関のドアホンが壊れたと考え翌20日、量販店へ行き同じものを注文した。在庫が無く、取り寄せで23日(日)に

届くことになった。同日昼、ドアホンが届き接続するもダメ。築40年、壁の中を通してある配線が切れていると考え、製造元のパナソニックの電話番号は同封書類に記載がない。翌24日(月)区内の同社M代理店に電話で来宅を頼む。やはり壁内の配線が切れていることが判った。玄関はピアノ線入りガラス貼り。枠のステンレスに穴を開けざるを得ず、アマゾンにステンレス用ドリルセットを翌日配達で注文するも、手違いがあったらしく、27日(木)昼過ぎ商品が届いた。雨降りだったが、上がベランダで濡れることなく穴あけに成功。左目が緑内障のためやや斜めになる。M氏に電話。28日(金)の配線工事を約束した。配線通路の階段下は、私の工具置き場でほりだらけ。掃除と壁のシミ落としに時間を要したが、翌日は1時間たらずで9.75mの配線が完了し通話ができた。終始気さくなM氏に感謝。

### 電子レンジ料理と寝床図書館

④ 1型糖尿病の宣告を受けてから食材は自分で選び購入している。買い忘れなどで、家族に足りないものを頼むことはある。昨年秋からは、フライパンを使う料理を除き、魚や野菜料理は電子レンジ主体に切り替えた。養殖のギンサケの皮をはぐ時は、重さに応じて40秒から1分チンすると、きれい皮がむける。これを小型フライパンに大きじ3~4杯の水と塩麴しほこうじを入れ3分ほどゆでる。余熱でサケのステーキを味わえる。野菜は100円ショップで購入した3段の温野菜作り容器を使う。ニンジン100gは適当に切り3段目に入れ中段を省き、上蓋をして3分弱で出来上がり。穴がある中段はキッチンペーパーを敷き、パン30グラムほど入れ、上蓋をして1分チンすると美味しいラスクが味わえる。寝床図書館で読んでいる「野菜と果実のビタミンC入門」(誠文堂新光社1985年刊)は、電子レンジ料理を推奨している。著者の斎藤進東京農大教授(当時)は、例えば電子レンジは2~3分の調理で、ビタミンCと従来のガスなど加熱式の残存率を比較している。それを基に下表を制作した。私は36年前の先進電子レンジ使用の追従ついでに満足している!?

#### 電子レンジと従来の加熱式のビタミンC残存率

(大阪環境化学研究所 資料より)

	レンジ使用	従来の加熱式
ホウレンソウ	82%	69%
キャベツ	93%	73%
ミズナ	86%	47%