

## 寄生虫アニサキス 食中毒が増加

魚介類の刺身などを食べて、寄生虫のアニサキスによる食中毒が増加しています。アニサキスはサバやアジ、イカなどの魚介類の内臓にいる寄生虫。体長2センチほどの糸のような生き物で、人の体内に入ると胃や腸の壁を傷つけて激しい腹痛や嘔吐などの症状を起こします。

国立感染症研究所の推計では、患者数は年間七千人以上になるのではないかと報告されています。

アニサキスは70℃以上で加熱するか、マイナス20℃以下で24時間以上冷凍すれば死滅しますが、現在の流通過程では徹底していないのが現状。魚を生食する際は新鮮なものを選び、しっかりと目で確認することが大切です。



### 赤ちゃんの時期は

#### あおむけで寝せましょう

時折、保育園等で乳児の死亡事故が聞かれますが、昨年1年間に保育園や幼稚園で発生したこどもの死亡事故13件のうち、10件が睡眠中のうつぶせ寝中に起きています。まだ寝返りができない赤ちゃんは、うつぶせ寝することで窒息リスクが高まり、「乳幼児突然死症候群」の一因にもなっていると言われます。また、ベッドやソファアーでの親の添い寝中に起きる窒息事故も無視できない存在です。1歳頃までの乳幼児の時期は、就寝中の窒息事故に十分注意しましょう。

## 赤ちゃんに蜂蜜

今年、ジュースに蜂蜜を混ぜた離乳食で生後5ヶ月の赤ちゃんが死亡とのニュースがありました。

これは蜂蜜に含まれる微量なボツリヌス菌による「乳児ボツリヌス病」でした。大人が蜂蜜を食べても何の問題もありませんが、1歳未満の赤ちゃんは微量なボツリヌス菌でも体内での増殖が起こりやすいのです。

栄養価の高い蜂蜜ですが、赤ちゃんの時期は避けるようにしましょう。

## 薬の知識

### 解熱剤の上手な使い方

以前に解熱剤とインフルエンザ脳症が話題になったことがあります。発熱時に解熱剤を使うのは怖いと思ってお



られる方もあるかもしれせん。でも、現在小児科で主に使う、カロナールやパラセタモール、アンヒバ座剤などは、すべてアセトアミノフェンという成分の薬で、安全に使えることは証明されています。

熱が出るのは体が病気と闘っている証しで、熱は免疫力を高めたりウイルスを抑えたりする効果があります。熱があっても比較的元気なら、無理に解熱剤を使う必要はないでしょう。でも、ぐったりしていたり水分や睡眠できないときは解熱剤の出番です。

熱との戦いをひと休みして、その間に水分や睡眠を取るようにしてください。解熱剤は必ず小児科で処方された薬を使いましょう。

## 野外で遊ぼう

### 玉名、花菖蒲と一願成就

梅雨のこの時期は花菖蒲(はなしょうぶ)の季節。名所は各地にあります。今回は久留米から1時間ほどで行ける熊本県玉名市の「高瀬裏川の花しょうぶ」を取り上げました。

玉名市は古くから温泉町として栄えたところ。温泉や世界一の大きな釣鐘で有名な、蓮華寺奥之院もあわせて紹介しています。

### 高瀬裏川

#### 花しょうぶまつり

江戸時代の眼鏡橋や石垣が残る高瀬浦川一帯には、古い商家が数多く残っていて、5月下旬から6月上旬はその町並みを背景に、6万本以上の花しょうぶが咲き誇ります。

今年5月26日〜6月10日まで「花しょうぶまつり」の開催時期ですが、出かけるときは花の開花情報を問い合わせると良いと思います。夜間のライトアップやコンサートなどのイベントも



あるようですよ。

### 玉名温泉に

#### 寄りこみよう

玉名温泉の歴史は古く、昔は村の名前から「立願寺温泉」として親しまれていました。戦後は、三井炭鉱が近くにあって関係で温泉歓楽地として繁栄。最盛期には40人もの芸妓さんがいて賑わったようです。その後、列車の駅名が玉名となったことから今は「玉名温泉」となっています。

白鷺が傷を癒したという伝説があるこの温泉は、単純温泉で、現在は11の旅館と5箇

所の日帰り温泉があります。無色透明のすべりのよいお湯は神経痛などに効き目があると言われていています。

### 一願成就の 蓮華寺奥之院

ご本尊の皇円大菩薩(皇円上人)は藤原重兼公の長男として、ここ熊本県玉名市築地に誕生。幼くして比叡山で修行し学徳に秀で、日本三大歴史書のひとつである「扶桑昭和」を編集しました。

昭和53年に建立されたここは真言律宗のお寺で、世界一大きい釣鐘が有名。現在は「一願成就」「厄払い」のお寺として年間に約30万人が訪れています。

