

# 2014年 全運勢！【九星】



星	あなたの生まれ年									
一白水星	1927	1936	1945	1954	1963	1972	1981	1990	1999	2008
二黒土星	1926	1935	1944	1953	1962	1971	1980	1989	1998	2007
三碧木星	1925	1934	1943	1952	1961	1970	1979	1988	1997	2006
四緑木星	1924	1933	1942	1951	1960	1969	1978	1987	1996	2005
五黄土星	1923	1932	1941	1950	1959	1968	1977	1986	1995	2004
六白金星	1922	1931	1940	1949	1958	1967	1976	1985	1994	2003
七赤金星	1921	1930	1939	1948	1957	1966	1975	1984	1993	2002
八白土星	1920	1929	1938	1947	1956	1965	1974	1983	1992	2001
九紫火星	1919	1928	1937	1946	1955	1964	1973	1982	1991	2000

星	2014年の運勢
一白水星	今年の運勢は、初心に戻って自分を見つめ直す時です。今までの運気をいったんゼロにして、新しく再出発するのに適しています。あなたにとって、これまでの歩みがベストの状態であったならば継続して前進すればよし。
二黒土星	夢や希望に向って下積みの努力をしてきた人は運勢の開花が早く、ポップ、ステップ、ジャンプが出来る運気になります。 チャレンジ精神を忘れなければ思いがけない幸福が待っていますよ。
三碧木星	今年の運気は、昨年よりもパワーアップして絶好調！周囲の信頼も勝ち取れます。スポーツや趣味に幅広く交友関係を広げて吉。仕事や趣味は今まで継続してきた専門分野がある場合には、そこに全力投入したほうが良い結果をもたらします。
四緑木星	今年は、あまり無理を出来ません。良い事の後には必ず準備期間があります。季節にも耐え忍ぶ冬があるように、本年は、基盤固めと保守点検をして、次にくる飛躍の時を待たなければなりません。
五黄土星	昨年に引き続き、今年も好調な一年になりますが、社会的に奉仕の気持ちを忘れると転落する運気をはらんでいます。去年、一昨年は自分自身の発展を中心にした個人運的運勢でしたが、今年は個人を排除した全体運的運勢になります。
六白金星	今年は、秋の爽りを迎えたかの様な運気。知人たちとパーティーを開いたり、旅行に行ったり美味しい物を食べたりする中での出会いが素敵な発展運をもたらしてくれます。キーワードは遊びですが、家にこもってゲームなどに没頭するのはNG！
七赤金星	今年は「分別」がキーワード！必要な物とそうでない物、善なる物と悪しき物を明確に断ち切る所からスタートします。 これが出来るか否かによって、運気に雲泥の差が生じるので注意が必要です。
八白土星	今年は、これまでの歩みに判定を下す総決算の運勢になります。 今まで築いたものに対する評価が下されると言うのは決して悪い事ではなく、自分自身が待ち望んで来た事でもあるので、冷静に対処しましょう。
九紫火星	今年は「雪中のつぼみ」のように、強い意志と信念が必要になります。 あなたに迷いがなければ、周囲の雪は解けて冬の中に春を再現できますが、そうでなければ忍耐だけの一年になります。

# わかちあい通信

ふくおか耳鼻咽喉科 ニュースレター

第49号 発行日 2014年1月1日

新年あけましておめでとうございます。  
本年もよろしく願い申し上げます。



## 今月のハイライト

- ・RSウイルス感染症とはどんな病気？・1P
- ・2014年の幕開け！  
～午・馬のお話し～・・・2P
- ・おとそに秘めた願いとは！？・・・2P
- ・2014年全運勢！【九星】・・・3P
- ・寒いゾ！面白いゾ！オノマトペ！・・・4P
- ・悪い夢をみてしまう理由とは？・・・4P

## RSウイルス感染症とはどんな病気？

このウイルスは、冬から春にかけて流行し、乳幼児気道感染症の重要なウイルスです。RSウイルス感染症は珍しい病気ではなく、2才までに一度は、ほぼ100%の確率でかかるとされています。この病気に十分注意が必要とされるのは、重症化すると、まれに肺炎などを引き起こす危険があるためです。



特に、生まれて6ヵ月以内の赤ちゃんが感染すると、重症化する確率が高くなり注意が必要です。

【症状は？】症状は風邪に似ています。軽い症状の場合は、1週間ほどで治りますが、せきがひどかったり、呼吸のときにゼーゼーと音がしたりする場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。何度でも再感染しますが、一般的に年齢が上がるにつれて症状は軽くなり、年長児以降の重症化はあまり見られません。そのため、大人がかかっても風邪と思ってしまうがちで、知らないうちに乳幼児にうつしてしまうケースがあるようです。

<b>一般的な症状</b> ●鼻水 ●咽頭痛 ●せき ●発熱など 風邪に似た症状	<b>重症化した場合の症状</b> ●ひどいせき ●喘息（ゼーゼーした呼吸） ●呼吸困難 更に進むと細気管支炎 肺炎の恐れあり
---	--

生後数ヵ月以内の乳児を始め、早産児や生後24ヵ月以内で、心臓や肺に基礎疾患がある小児、又神経・筋疾患、あるいは免疫不全の基礎疾患を有する小児などは、特に感染しないように気をつける必要があります。

【診断は？】1才未満のお子さん、もしくは入院中のお子さんの場合は ノドから菌を採って15分で診断できます。

【治療は？】現在、RSウイルスに、特効薬はありません。二次感染の恐れがあるときは、抗生物質を使うことがあります。多くの場合は、症状を抑える対症療法がほとんどです。

「風邪」と同じく、水分補給・睡眠・栄養・保温をして安静にして経過をみることになります。脱水があり飲めない、呼吸困難が強い、二次感染が重篤などの場合には、入院が必要となることがあります。

【予防】くしゃみやせきによる飛沫（ひまつ）感染、もしくは接触感染で広がります。感染力が強く、大人がかかると、周囲の免疫力のない子供にうつりやすくなります。家庭内での感染が多いとされており、家族みんなで予防の意識を持つことが大切です。ワクチンの予防接種はありません。

予防の基本は、手洗いやマスクの着用です！RSウイルスは、消毒薬に弱いので、次亜塩素酸ナトリウム（ミルトン等）、消毒用アルコール、ポピドンヨード（イソジン等）での消毒、除菌も効果的とされています。他にも・・・

- 子供達が日常で触れる、おもちゃやドアノブ等をアルコールなどで消毒、除菌
- 手洗いの徹底（こまめに行い、せっけんを使って流水で洗う）
- せきをしている人はマスクを着用し、なるべく0～1才児に近づかない
- 流行期に生後6ヶ月未満の乳児を連れて外出をする場合は、人ごみを避ける。

**発行**  
ふくおか耳鼻咽喉科  
東海市加木屋町2-224-2  
電話 0562-38-2800

# 2014年の幕開け！ ～午・馬のお話し～

2014年（平成26年）は「午年」です！動物にあてはめると「馬」になり、十二支としては7番目となります。

時代劇などでよく耳にする「午の刻」とは、昼の12時及びその前後2時間を差し、これにより昼の12時を「正午」と言ったり「午前」「午後」という言葉が生まれました！



## 【馬のあれこれ】

●馬の瞳孔は横長で、顔の左右に目がついているので、視野は350度に及びます。真後ろ以外は見渡すことができ、動くものに敏感に反応する習性があります。

ちなみに、競走時には、横や後ろの視野を遮ってレースに集中するようにしています。

また、暗闇でも目が利きます。

●競走馬でお馴染みのサラブレッドは、品種名で「純血」という意味を持ち、血統・家系の優れた人の例えにも使われていますね。

●神様が乗る神馬を奉納する習わしが、馬の絵を描いて代用する「絵馬」となり、板絵に

願いごとを書いて奉納する「絵馬」の由来となっています。

●食用としても親しまれ、馬肉は空気にふれると桜色になることから、俗称を「サクラ」と言います。

## 【「馬」にまつわる言葉！】

### ◆人間万事塞翁が馬 (にんげんばんじさうがうま)

あるとき、塞翁という老人の馬が逃げてしまったのですが（不幸）、間もなくその馬が、優れた馬を連れて戻ってきたので、人々が祝福しました（幸）

ところが、老人の子がその馬から落馬して怪我をしてしまいます（不幸）

しかし、怪我をしたおかげで、若者たちの多くが戦死したというのに、老人の子は兵役を免れて死なずにすんだ（幸）という故事は有名ですね！

人生における幸・不幸は、予測しがたいということですが、幸せが不幸に、不幸が幸せにいつ転じるか分からない！？

**幸せが続く2014年になると良いですね！**



## おとそに秘めた願いとは！？

おとそは、漢方薬を浸した薬酒で、元旦を祝うお酒ですがそこには家族の健康を願う気持ちが込められています！

おとそは、中国に於いて、邪気を祓い、不老長寿になれる薬酒として大晦日に井戸の中に漢方薬をつるし、それを元旦に引き上げて、酒に浸したものを年少者から順番に飲んだことに由来します。

もし、手軽におとそを作るな

ら、大概、ティーパック状で売られていますので、これをすっきり好みなら日本酒に、甘いほうが好きならみりんに浸せば頂くことができます。

飲み方は、まず最年長者が、最年少者に屠蘇を注いで飲み干し、その最年少者が2番目に若い人に注ぐ・・・というように、飲み終えた人が次の人に注いでいきます。



若い人の生気を年長者に渡すという意味や毒見の名残で、若い人から年長者へと順番に盃を進めていきます。

(逆の場合もあり)

また、厄年以外の方が口にした杯には、厄を祓う力があることから、厄年の人は最後に飲むといいそうです！

祝いごととはいえ、アルコールが入っていますから、お子様や車の運転をする人は、口をつけるだけの真似ごとで構いませんよ(^\_^;)

# 凄い！面白い！オノマトペ！

胃がキリキリ痛むなか、トボトボ帰る途中、雨がポツポツ降りだした！！

カタカナで書いた言葉は全て「オノマトペ」です・・・オノマトペとは、音や様子を文字に移し替えたもので、日本語には特に多く用いられます！

その理由として、英語の音節数は8000とも3万ともいわれているなか、日本語の音節数は50音に濁音、半濁音、ニャなどの拗音を合わせて112しかありません。

その貧弱な音節を補うために、日本人は『イライラ』『ムカムカ』といった、漢字では書けない二音節反復型のオノマトペを数多く発明してきたとのこと！！



実はこのオノマトペ、私達人間に凄い効果をもたらしてくれるのです！！

とあるテレビ番組では『にゃ〜』というオノマトペを言いながら前屈すると、何も言わないときよりもグンと体が柔らかくなったり、跳び箱が飛べない小学生達に『サー・タン・パツ・トン』という掛け声で飛んでみてもらったら、なんと全員跳べるようになっていました！？



また、料理でキャベツの千切りをする場合は『トントントン』と言いながら包丁を動かすと、綺麗に早く刻むことが出来るそうです！興味がある方は、是非お試しあれ~(^\_^;)

## 悪い夢を見てしまう理由とは？

新年を迎えてから夜遅くまで、飲み過ぎ、食べ過ぎていませんか？  
実は、就寝前の行動によって・・・  
「よい夢を見るか？」  
「悪い夢を見るか？」  
「全く夢を見ない！」  
かが、分かってくるので、うです！



睡眠直前に食事を摂ってから寝ると睡眠中、胃に血液が集中してしまい脳に血液がまわりにくくなり、脳は限られた活動しかできずにストレスが溜まります。  
このとき、胃の消化状態も悪いので二重のストレスとなり、悪い夢につながってしまうとのこと。  
また、アルコールも悪い夢を引き起こす原因と言われています。  
アルコールは、睡眠前に摂取することが多いですが、睡眠中に体内で毒性の強いアルデヒド（悪酔い）に代謝されてい

- ★寝る前にホットミルクなどを飲む！
- ★寝る前に激しい行動をしない！
- ★眠くなったら感じてから寝る！
- ★寝る前にホットミルクなどを飲む！
- ★寝る前に激しい行動をしない！
- ★眠くなったら感じてから寝る！

