



薬師池公園梅見ウォーキングは前日までとは打って違ってすっかり晴れわた空の下で行われました。とても手入れのゆきとどいたきれいな公園で、梅も咲きはじめよい香りが漂っていました。薬師堂から尾根に登ると風が強く、帽子も飛ばされ、風の音も凄く、ちょっと怖い感じです。4月17日にオープンする四季彩の杜西園の工事を見下ろし、風に舞う枯葉が風情を醸し出してくれる中、遠い景色を眺めながら七国山へ。鎌倉古道を通過、もう30年も経ったグリア園で昼食を摂り一休み。坂を下って恩田川沿いに、南大谷のドライビングスクールに出、坂を上って町田駅までの13000歩くらい楽しみながらのウォーキングでした。



町田市に特に重度障害の人たちの就労センター、グループホーム、デイサービスなど小規模の作業所など、障害のある方と家族の願いをかなえるためにいくつかの施設を一つにしたウイズ町田という社会福祉法人の施設・事業所があります。毎年その後援会主催の映画が、和光大学ポプリホールで上映されます。今年は「ゆずりは」滝川広志(コロケ)主演で人の死を通して命の大切さに向き合う葬儀社の人たちと見送る人たちの愛の涙と心情などを伝える心に残る映画でした。

相模原中央病院でもコロナウィルスで80歳の方が亡くなり、看護師の方やお年寄りなどが院内感染などされたとのニュースありました。イベントなどが次々に中止や延期になる中、上野東京都美術館で書道展があり、見に行った折、東京都公立学校の作品展を下の階でやっていたので見てきました。町田の丘学園の作品が壁いっぱい展示されていました。



散歩しているとあっちこちでお稲荷さんのある家や一族の稲荷社なども点在し、正一位の蚕守稲荷まであります。また地域に養蚕を広めた家に碑がたっています。明治時代の原町田の地形図にも桑畑があったことがわかるし、戦後暫く立ってまで、桑と蚕が盛んであったらしいのです。最近タウン誌で近くの小学生たちが、地域の歴史を知り、郷土愛を深めるということで1年かけて蚕の生態や、眉を取り出すことなどを実体験した発表を相模大野ポーノで開催したことが載っていました。とても生きた地域を知る取り組みだと思いました。



相模原公園グリーンホールで



相模川散策路 河津桜と丹沢

さがまちの読者の方から大阪の友人から送ってきた情報を共有し、拡散したいとの連絡です。詳細は裏面をご覧ください。

☆知人の病院の理事長からです。

今回のウイルスは、熱に、弱いそうです。**冷たい飲み物は、厳禁です。**いつも、温かい飲み物、ぬるま湯をもちあるいてください。

☆研究所からです。

武漢研究所に派遣されるクァク・グヨンの米国友人の文です。必ずたくさん伝達してください。

彼は無限肺炎ウイルスの研究を行っています。一たった今電話をかけて一

風邪を引いたときは鼻水と痰があり、**コロナウイルス肺炎は鼻水のない乾いた咳**なので新しいタイプのコロナウイルス肺炎だ。これが最も簡単な識別方法だ。

このような医療知識についてもっと知れば、予防に役立ちます。

今回に武漢ウイルスは耐熱性がなく、26-27 度の温度で死にます。そのため、お湯をたくさん飲む。親戚にお湯を飲ませれば予防できる。陽射しの下に行ってください。**冷たい水、特に氷水を飲まないでください。**お湯を飲むことはすべてのウイルスに効果的です。ぜひ覚えてください。

※コロナウイルスに対する医師の助言:

1.ウイルスの大きさが非常に大きく、(セルの直径は約 400-500nm)、すべての一般マスク(N95の機能だけでなく)もこれをフィルタリングすることができます。しかし、感染した人があなたの前でくしゃみをすれば3メートル離れ、気をつけてください。

2.ウイルスが、金属の表面に下がれば、12 時間以上生存します。金属に触れた場合は石鹸で手を洗ってください。

3.ウイルスは服で6-12 時間活性化状態を維持することができます。洗濯洗剤はウイルスを殺します。毎日洗う必要のない冬服の場合、太陽の下に置いてウイルスを殺すことができます。

☆※コロナウイルスによる肺炎の症状:

1.のどを先に感染させ、のどが3~4 日間持続される乾燥した咽喉感を持つようになります。

2.それではウイルスがコエクに混合され、機関に流れて入って肺に入って肺炎を起こします。この過程は5-6 日が所要されます。

3.肺炎で高熱と呼吸困難が発生します。鼻腔の混雑は正常な種類と異なります。おぼれたように息苦しくなるでしょう。こんな感じなら、すぐに医師の診察を受けてください。

※予防について:

1.感染される最も一般的な方法は公開的に物を触ることなので、手をよく洗わなければなりません。ウイルスは5-10 分間万手で買うことができるが、5-10 分の間いろんなことが発生することができます(目をこすったり、意図しないように鼻をさわれます)。

2.手をよく洗うことのほかにも Betadine Sore Throat Gargle とうがいうがいをしてのどにいる間、細菌を除去したり、最小化することができます(廃炉を落ちる前)。

お湯を飲むことをお伝えします。