

西条

February
2009

No.383

2



336A地区
2R-4Z

Saijo Lions Club



2008~2009年度▶

国際会長プログラム

-We Serve- われわれは奉仕する キーワード：奉仕で奇跡を (Miracles Through Service)

336A地区ガバナースローガン

叡智と勇氣・誇りをもってウィサーブ キーワード：和の心

クラブ会長スローガン

未来のために WE SERVE キーワード：健康な心

花粉症について

吉峯耳鼻科 吉峯秀則（終身会員）



現在、日本人の約20%が花粉症だと云われています。では、花粉症とはいったいどんな病気なのでしょう。花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となつて、くしゃみ・鼻水・鼻づまりなどのアレルギー症状を起こす病気です。季節性アレルギー性鼻炎と呼ばれています。

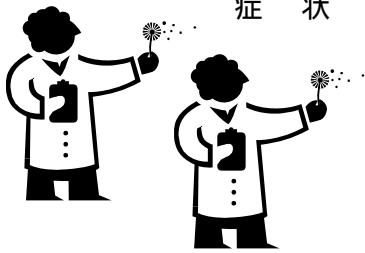
アレルギー性鼻炎は、原因物質（アレルゲン）の種類によって2つに分類されます。

通年性アレルギー性鼻炎

アレルゲンが年中あるので、症状も一年中あります。主なアレルゲンは ダニ・家の中のちり（ハウスダスト等）・ゴキブリ等の昆虫・ペットの毛・フケ等。症状として喘息・アトピー性皮膚炎など合併することがあります。

季節性アレルギー性鼻炎（これが花粉症）

原因となる花粉の飛ぶ季節にだけ症状があります。日本では約60種類により花粉症が引き起こされると報告されています。主なアレルゲンはスギ・ヒノキ・カモガヤ・オオアワガエリ・ブタクサ・シラカバ等があります。



症状：鼻の三大症状だけでなく、目の症状（かゆみ・涙・充血等）を伴う場合が多く、その他にのどのかゆみ、皮膚のかゆみ、下痢、熱っぽい感じなどの症状が現れる事があります。さらに、シラカバ・ハンの木・イネ科花粉症の人が、ある果物や野菜を食べると口の中がかゆい・腫れる等の「口腔アレルギー症候群」という症状もあります。

最近では、通年性アレルギー性鼻炎と花粉症の両方に悩む人や、複数の花粉に反応する人が増加しており、ほぼ一年中くしゃみ・鼻水・鼻づまりや眼のかゆみ・異物感に悩まされるという人も少なくありません。

【花粉症のメカニズム】

花粉症はスギやヒノキなどの花粉が原因となるアレルギー性の病気だということは先に述べたとおりですが。私達の体の中で何が起きているのでしょうか。

私達の体は、“花粉”という異物（アレルゲン）が進入するとまず、それを受け入れるかどうかを考えます。

排除すると判断した場合体はこれと反症する物質を作る仕組みになっています。この物質を「IgE抗体」と呼びます。

抗体が出来た後再び花粉が体内に入ってくると、鼻や眼の粘膜にある肥満細胞の表面にある抗体と結合します。

その結果、肥満細胞から化学物質（ヒスタミン等）が分泌され、花粉をできるだけ体外に出そうとします。・・・そのため、くしゃみで吹き飛ばす鼻水、涙で洗い流す鼻づまりで花粉を中に入れないよう防衛するなどの症状がでてくるのです。

【花粉症の予防・治療と対策】

鼻や眼の主要症状が出て来たらまず医師（耳鼻科医がベター）に相談し、花粉症であるか否かその症状から重症度に応じた治療をうけるようにしたらよろしいかと思えます。

紙面の都合により委細については割愛します。



メルビン・ジョーンズ・フェロー L. 松浦 裕



2月第2例会(第1136回)にて、MJFの盾を授与されました。おめでとうございます。



～2月第2例会 外部卓話～

『 薬物乱用について 』

西条警察署より刑事課 村上課長を講師に招き、薬物の怖さについて勉強しました。最近では、薬物を使用する年代が若くなってきており、青少年にも安易に手に入る世の中、いかにして薬の恐怖から身を守るか、考えさせられました。



..... 乱用されている薬物

- 覚せい剤・・・神経を興奮させる作用がある。依存性が高く覚せい剤精神病の状態になる恐れ。
- 大麻・・・気分が快活、陽気になり、よくしゃべるようになるが意識障害を伴う中毒性精神病の状態になる恐れがある。
- エクスター/ラドラッグ・・・視覚、聴覚を変化させる作用がある。乱用すると錯乱状態に陥るほか腎・肝臓機能障害や記憶障害の症状も現れる恐れがある。
- コカイン・・・覚せい剤と同様神経を興奮させる作用。乱用を続けると幻覚等の精神障害や、虫が皮膚内を動き回っているような不快な感覚に襲われることがある。
- ヘロイン・・・神経を抑制する作用がある。乱用を続けると強い精神的依存が形成され、2～3時間ごとに摂取しないと身体の筋肉に激痛が走り、悪寒、嘔吐、失神などの激しい禁断症状に苦しむことになり、さらには精神異常を来すこともある。
- あへん・・・神経を抑制する作用がある。乱用すると強い陶酔感を覚えるが、精神的、身体的依存性を生じやすく、常用すれば慢性中毒症状を起こし、脱力感、倦怠感やがては精神錯乱を伴う衰弱状態に至る。
- LSD・・・合成麻薬の一種、乱用すると幻視・幻聴・時間の感覚の欠如等強烈な幻覚作用がある。乱用を続けると長期に渡って精神分裂の精神障害を来す恐れがある。
- シンナー・・・少年を中心に乱用され、神経が抑制されてぼんやりとしたり、酒に酔った感じになる。乱用を続けると集中力、判断力が低下し、何事にも無気力になるほか、幻覚や妄想などの精神障害が現れる。特に恐ろしいのは乱用によって大脳が萎縮し一度破壊された脳の働きは決して元には戻らない。

覚せい剤やめますか
それとも、人間やめますか





【 パリ・ヴェネツィア紀行 】

L. 寺川治美



10月25日ライオンズメンバーの非難を浴びるのを覚悟して関空より一路フランス・パリへと旅立ちました。約12時間のフライトでパリ・シャルルドゴール空港に着きます、パリとの時差は約7時間ほどでパリ着は10月25日のPM5時過ぎと1日得をしたこととなります。バスでパリ市内に向かうことにしました。この空港バスはオペラ座の裏側に着きます。大きなスーツケースをガラガラ引いてパリの街を少し歩き、メトロ(地下鉄)に乗り換えホテルへ向かいました。ホテルは少し郊外でミッテラン元大統領の名前がついた駅で降ります。ホテルの名前はシャツ&パークホテルと言う名前です。「シャツと公園？」どういう意味か知りません。このホテルも3回目ですので要領は解っています。早速荷物をとぎ、先ずは日本食と言うことで、滞在型ホテルでキッチンが付いていますから日本より持参のうどんを夕食を済ませました。

翌日26日は日曜日で、ホテルの近くの教会の広場でマルシェ(朝市)が開きます、ホテルがキッチン付きなので早速マルシェで朝食の買物をする事にしました。マルシェは通路をはさんで両側に色々な品物売る露店が出て対面販売で品物売っています。言葉は出来ませんが身振り手振り片言の英語で、朝食のくだもの・野菜・惣菜・フランスパンなどの買物をして、ホテルでゆっくりした朝食をとりました。本日はフランス在住の姪がアカデミックなスケジュールを計画しまして、まずはオルセー美術館の見学、ここは昔、鉄道の駅でして印象派の画家の絵が沢山展示されています。皆さんご存知の有名な画家セザンヌ・マネ・モネ・ルノワール・ゴッホ・ムンク・ミレーなど沢山の作品が鑑賞出来ます。私などは高価な宝の山に見えました。その後ルーブル美術館の中庭やパレ・ロワイヤルの中庭・日本食レストラン通りなどパリの街並を見ながら歩いてオペラ座へ向かいました。だいたいパリへ行ってオペラ座といえば前で写真を撮るくらいですが、なんと本日はオペラ座で本物のオペラ鑑賞です。題名は「売られた花嫁」、チェコの作品のようでチェコ語でやっているらしく舞台の上部にフランス語の翻訳が電子掲示版で流れていました。フランス語の翻訳が流れていても私にはさっぱり知りません、ただ姪から日本語のあらすじを書いた物をあらかじめ見せてもらったので何となく理解できました。予約した部屋は個室になっていて、映画などでオペラ鑑賞を小さな部屋から見ている様子がよくありますがあの様な感じです。薄暗い個室には6席有り、前から2つずつ椅子が並んでいて、前から値段が高いそうです。鑑賞しているのはほとんどがフランス人のようでした。私は眠気を我慢しながらの鑑賞で体が揺れていましたが、前の席のかなり年配の方でも、身動きしないで真剣に鑑賞している様子は、小さい頃から身についた芸術への関心の深さの違いなのでしょう。またオペラ座で驚いたのは中心のドームの天井の壁画がシャガールでした。昔の建物ですから、宗教画の様な絵が描かれて居るのかと思えば、やわらかい感じのシャガールの絵でしたので驚きました。オペラ鑑賞を終えて外に出るとすっかり日が暮れていました、外ではパリの若者が賑やかな音楽をオペラ座の前で演奏していて、このギャップに少し戸惑いました。夕食を近くのレストランで去年食べて美味しかったムール貝で済ませ、その後作家[ヘミングウェイ]が愛したホテル・リッツ内にあるバー、ヘミングウェイ・Barで少しお酒でも飲もうと出かけました。ヘミングウェイ・Barはとても小さな一角ですから満席で少し待ちました。ヘミングウェイの写真やゆかりの品物などを飾っていて、とても落ち着いた雰囲気のあるBarでした。パリの街を沢山歩き廻り疲れしたので、常に移動はメトロでしたが今夜はお酒も入っていましたのでタクシーでセーヌ川沿いを通り、帰ることにしました。

明けて27日はセーヌ川を遊覧して、エッフェル塔で昼食を予定していましたが、前日歩き疲れたのでホテルでゆっくりしてエッフェル塔のランチだけで済ませセーヌ川遊覧は取り止めました。

これがプライベート旅行の良いところです。去年パリに行った時、エッフェル塔は沢山の行列が出来ていて上がれなかったので、去年の教訓を生かし今年はエッフェル塔中段のレストラン「ジュール・ベルヌ」を予約していましたから、沢山並んで居る人たちを見ながら専用エレベーターに乗り直通でレストランに上がり、エッフェル塔からパリの街を見ることが出来ました。パリの街を見ながらアラン・デュカス（3つ星レストラン）で昼間からワインを飲み、ランチを堪能して優雅な時間をすごすことが出来ました。今夜には夜行寝台列車でイタリア・ヴェネツィアに出発しますから、パリ市内やホテル近くのスーパーで少し買物をして早めにホテルに帰りました。小雨の夜パリ・ベルシー駅から12時間かけて、夜行寝台列車で北イタリアを通りヴェネツィアへ出発しました。

この時期フランスは、バカンスのシーズンで寝台列車は満席でしたが、キャンセル待ちで何とか取れたそうです。夜8:00頃に出発ですから景色は見えません。早々に寢床について寝ようとしたがなかなか寝つかれず、その内ウトウトと浅い眠りをしていますと、ミラノと言うアナウンスが聞こえ通路に出てみると、しばらくして【ミラノ・セントラル駅】に到着しました、昔の白黒映画の様な鉄のアーチ型の屋根の架かった趣きの有る駅でした。しばらく止まっている様子なのでミラノ駅のプラットフォームに降りてミラノにも行ったことにしようと駅に降りてみました。それから目がさえて眠れないので家内と食堂車で少しずつ明けて行く景色を眺めていました。やがて夜行列車はイタリア本土最後の駅【メストレ】を過ぎヴェネツィアに入りサンタルチア駅に着きました。

ヴェネツィアへの出入りは海を渡っている鉄道が道路しかありません。車は渡った所のローマ広場に駐車して、人だけがヴェネチアに入ります。入口は水上バス(ヴァボレット)で街に入る人で賑わっていました。姪もヴェネツィアは初めてですのでガイド役もここでは出来ません。私たちは言葉が出来ませんので頼るしか有りませんが、ヴェネツィアの中心サンマルコ寺院・サンマルコ広場をめざして水上バスに乗って行くのですが、中心の大きな水路を通過して左右の景色を見ながらゆっくり観光して行く予定にしましたが、その水上バスの乗り場を間違えてしまい、外港から快速で行く水上バスに乗ってしまいました。ヴェネツィアの街は大きなテーマパークの様です。さすが世界遺産！その景色は歴史を感じさせる素晴らしい街です。この街が沢山の木の杭を海に打ち込み、その上に建物が建てられ街が造られているとは想像もつきません。サンマルコ寺院の船着き場に着きますと、一応は聞いていましたがこの時期は海水が船着き場やサンマルコ広場にまで入っていました。ただ目の前でその現実を見ますとこれで大丈夫なのか、と思いました。広場は歩み板の通路で平然と観光客は歩き、店の人たちは一応に長靴を履き、水をあたりまえの様に吐き出していました。これが朝の開店前の作業なんのでしょうか、これが午後になると広場には海水がありません、不思議です。地球温暖化の影響で水位が上がり何十年後かには海に沈むと、言われているそうですが堤防を築いて世界遺産を護ろうと考えているように聞きました。私たちはサンマルコ広場に近いところにホテルを予約していましたので、まずはホテルで一休みし、街の散策に出かけました。水の都ヴェネツィアは3000の路地があり、400の橋があると言われているそうです。その橋の中心がリアルト橋です。この橋には沢山の観光客が来ます。この橋から見る水路左右のヴェネツィアの街並みはヴェネツィアの象徴の様な景色です。ここでの交通手段は歩くか、水上バスかゴンドラに乗るかです、そこで私たちもさっそくゴンドラに乗ることにしました。ただ日本人だと料金を高く言われるかもわからないので喋るなど言われまして、姪がフランス語で料金を聞いていましたが、聞いた値段が情報と一緒にだったみたいで安心して乗ることにしました。迷路の様な水路を通り、20分位ゴンドラに揺られながら街の風景を見て、その間に船頭さんがサンタルチアでも歌ってくれるのかと思っていましたがそれは有りませんでした。水路の橋から沢山の観光客がゴンドラに乗っている私たちを見ていました。どうもゴンドラに乗るアジア人はサマになっていないのでしょうか。ヴェネツィアの街は日本では室町から江戸時代の建物だそうでまるで建物全部が博物館の様です。ヴェネツィアはガラス・仮面舞踏会が有名で、いたる所にガラス・仮面を売る店が沢山ありました。

仮面をつける事によって誰でも平等に接して舞踏会ができたと言うことらしいです。大人の恋を楽しんでいたのでしょうか？仮面舞踏会の祭りで有名なサンマルコ広場のカフェ・フロリアンはカフェ発祥の地といわれています、さっそく珈琲を飲まなくてはと注文しましたが何とカフェの前の広場で演奏している下手な音楽(ピアニストの姪に言わせればバイオリンの音がズレテル。との事です)もチャッカリ別会計で演奏代として勘定に入っていました、さすがヴェネツィアの商人(ベニスの商人)と言う事です。

2 日目はヴェネツィア本島以外に行ってみようと、ヴェネツィアの街が一番綺麗に見渡せると言う事で、水上バスで向かいのサンジョルジョ・マッジョレ聖堂に行きました。この聖堂の塔から絵葉書のような朱色の屋根瓦一色の美しいヴェネツィアの街や水路が見渡せ、反対側はアドリア海、その向こうがクロアチアだそうですが、それは肉眼では見えませんでした。次にガラスで有名なムラーノ島に行くことにしましたが、この船着き場から水上バスだと1時間以上かかるということで一度本島に帰り、別の船着き場から乗ると10分位と言うアドバイスでその船着き場を目指して歩きました。迷わないと15分位との事でしたが、当然のこの様に迷路に迷い込み1時間位歩きました、しかしヴェネツィアの観光でたぶん歩かない様な路地を歩きましたので、それはそれで良い観光になりました。途中の地元の店をのぞいたり、地元のカフェで食事をしたりイタリア人は非常に気さくで明るいので食事のお奨めを教えてくださいましたが、麺好きの私としてはせっかくのイタリアですのでパスタ三昧でした。ようやくムラーノ島に着きました。この島は昔、ガラスの製造技術が外部に漏れないようにガラス職人を島に集め幽閉してガラスを造らせた歴史があるそうです。今は観光客がガラスを買わないと島から出さない！と言う情報です。あいにく雨が降りだし、少し降れば止むだろうと思っていましたがなかなか止みません。しかしせっかく島まで来ましたからガラス・ミュージアムは見学したいと頑張って傘を買って行きましたが、今日は休館日だそうで残念でした……。そうすると女性人は買物に興味をひかれ、長時間の買物タイムです。その間やる事もなく男性人は海を眺めていました。一応ムラーノ・ガラスを買いましたから無事に島からは出られました。そのうち最終の水上バスの時間になり、慌てて乗船し今度は一時間位かけて、サンマルコ寺院の船着き場まで水上バスで帰りました。夕食はホテルで紹介してもらったレストランで食事をとりましたが、そこで何と今までの旅行で初めて財布を無くしてしまいました。ユーロだけ入れた財布ですのであまり入って居ませんでした、海外旅行の時にはお金とパスポートはなにより気をつけていたのに、ついに失敗をしてしまいました。この事がお金を無くした事よりも非常に悔しいです。翌日、朝の散歩がてらレストランを訪ねると、店の人がいたので片言の英語で尋ねたところ、どうもタベのテーブルの担当者に電話をしてくれたようですが解らないということの様です。私なりの理解ですが……

3 日目、本日は昨日の天気は嘘のように晴れ渡り非常に良い天気でした。少しホテルから歩いてヴェネツィアで唯一の木製の橋アカデミア橋を見学し、そこから各船着場止まりの水上バスで水路からヴェネツィアを見学することにしました。水路沿いに市場がありましたので、降りて市場見学をして果物を買って食べたり、お土産を買ったりして気ままに夜の寝台列車の出発時間までを過ごしました。さて、楽しかったヴェネツィアともお別れをして又12時間かけてパリに夜行寝台列車で出発です。翌朝パリに9:00頃到着しました。到着時間は約30分位遅れましたが遅れるのは常の事の様で、謝りのアナウンスもありません、日本では考えられません。パリはヴェネツィアに行く前より寒くなっていました。本日はまる一日、決まった予定無し、と言うことでホテルでまずはゆっくりし、コインランドリーで洗濯などをして「プチ・パリ暮らしの体験」と言う事です。その後パリ市内に出てそろそろ日本食が恋しくなりましたので、市場の内で日本人が作っている日本食屋が有るそうなので行くことにしました。パリに有る日本食レストランは日本以外のアジア系の人たちが経営している店も多いようです。しばらくパンだけ食べていたのでご飯・味噌汁が非常に

美味しく感じました。翌日は雨で寒い日ですが、パリの人たちはあまり傘をささずに歩いています。すこし不思議な感じですが、パリでは小学生は傘をさしては駄目らしいですがそのなごりでしょうか？ パリ滞在中も今日で最後。一日楽しもうと雨の中、がらくた市で有名なヴァンヴの蚤の市に出かけました。去年は天気が良くてじっくりと品定めをしながら掘り出し物を値切り、交渉も楽しみながら探して蚤の市を歩きましたが、今回は雨で寒くて早々に切り上げて、市内の買物へと変更し、パリのデパートへと行きました。1件目のプランタンは日本のデパートと同じ様な感じでしたが、2件目のギャラリー・ラファイエットと言うデパートは売り場の真ん中が吹き抜けで昔の劇場の様な内装になっていて、とても綺麗でした。一見の価値はあります。街ではこの時期【焼き栗】を道端のいたる所で売っています。食べたくなり買うことにしましたが、私が言うと5ユーロ、姪が言うと3ユーロでした。これが言葉の壁と言うことでしょうか？最後のパリの夕食は、今回の目的の一つでもあります姪の友人のアメリカ人【クレグ】に会いにクレグが経営しているアメリカンブレックファーストの店へ向かいました。去年会っていたので、クレグも私たちに会うのを楽しみに待っていてくれ、再会を喜びあいました。ここのパンケーキとオムレツが非常に美味しいので、私も楽しみにしていました。クレグは男性ですが、フランス人のボーイフレンドがいて、今台湾に行っているそうです。このような関係はパリには多いそうです。夕食後、出発の準備が有りますから早々にホテルに帰りました。出発の朝は日曜日です、またマルシェが開いています。少しの間ですがマルシェでの買物を楽しみ、パリともお別れです。今回もよく利用したメトロに乗り空港行きの郊外電車に乗り換え、シャルル・ドゴール空港へ向かい、日本へと帰って来ました。「アア！やっとパンとシャワーから開放されます。」今回は環境汚染、地球温暖化の現地視察という目的がありましたが、また別の機会にどこかの現地視察に行きたいものです。皆様もパリへ出かけられる事が有りましたら少しはアドバイス出来ることが有るかも解りませんので、よろしかったら声を掛けて下さい。

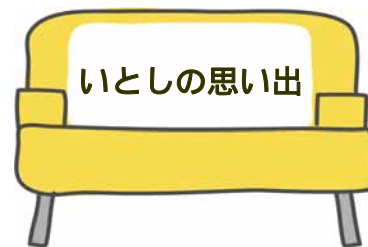


マルシュのある教会



オルセー美術館

メルシー・ボク！【LA・FIN】



サンジョルジョ・マッジョーレ聖堂より



エッフェル塔



オペラ座



ベネツィア



巴里の街並み



サンマルコ広場

今年は丑年ですが、西条ライオンズクラブ会員の
中で年男が私一人しかいないことにビックリしました。
12年に1度しか回ってこない『年男』である私めが節分の豆まきに石鎚
神社まで行かせていただきました。

その日は朝から雨が降り、生れて初めて着た袴が大変ぎこちなかったです。
記念写真を撮り、本殿で神事をすませ、巫女さんのお神楽を拝観し
て、いよいよの豆まきでした。テレビで見ているようにかっこ良くはで
きませんでしたが、なかなか体験出来ない貴重なすばらしい体験をさせて
いただきました。『 鬼はそと・ 福はうち 』



節分とは

節分とは立春・立夏・立秋・立冬それぞれの前日を指しますが、特に新年の始まりに相当する「立
春」の前日にあたる節分がもっとも重要視されたため、現在では「節分」というと春の節分を指す
ようになったといわれています。

節分には何をしますの？

- ・豆まき 季節の変わり目には邪気が入りやすいと考えられており、その邪気を払うのが
豆まきです。「鬼は外！福は内！」の掛け声を忘れずに。玄関や窓を開けて
「鬼は外！」と2回豆をまき、すぐ戸や窓を閉めてから、「福は内！」と部屋
の中に2回まこう！
- ・豆を食べる 豆まきが終わったら、1年の厄除けを願い豆を食べよう。場所によっては大豆
ではなく、落花生のところも。
- ・イワシの頭とヒイラギを戸口に挿す
焼いたイワシの頭の悪臭と、ヒイラギの棘で鬼を追い払うという風習。現在では、焼いたイ
ワシを恵方巻きとともに食べる家庭が多いようです。
- ・恵方巻きを食べる
恵方(吉方位)を向いて太巻きを丸かぶりするという、関西発祥の行事。
2009年の恵方は東北東！



おまけ 豆を食べよう！自分の年齢+1の数だけ豆を食べると、1年間病気になるまいといわれ
ているよ。翌日から新年になるため、数え年で一つ多くするというわけです。

【編集後記】 温暖化のせいでしょうか、例年だと凍てつくような、とても寒い日が多いのに割と暖かい
日和の2月でした。そして、花粉の飛散も一段と進んできました。昨年は軽かったのに、今年はひどい
という話をよく耳にします。かくいう私もその一人です。吉峯Lに『 花粉症について 』の原稿をい
ただきました。先生、特効薬をお願いします！！

P R ・ 広報委員 越智英明

発行所 ライオンズクラブ国際協会 336A地区 2R4Z
西条ライオンズクラブ
事務局 〒793-0027
西条市朔日市 779-8
西条商工会館3F
TEL (0897) 56-3980
FAX (0897) 56-9251
E-mail saijo-lc@abeam.ocn.ne.jp

発行者 会長 寺川治美
幹事 盛實正人
PR・広報委員長 近藤基弘
編集委員 仁後真貴雄 ・ 越智英明
木下日出男 ・ 内田 伸
福島 譲 ・ 伊藤隆治
例会日 第1・第3火曜日
例会場 黒猫レストラン
印刷 西条ライオンズクラブ事務局