



# ヘルスアップ ニュース

## 7月号 [Vol.60] フジカワ調剤薬局

7月号 令和元年7月1日  
発行所 フジカワ調剤薬局  
東みよし町昼間923-1  
電話 79-2014 FAX 79-2868

『元氣創造』 “健康でイキイキ・わくわく明るい人生のために”

—健康歳時記—

### “蚊の科学”

#### ★蚊の種類★

蚊の体長は、たった5mmほどの小さな虫。世界で約3,000種類、日本国内では約100種類、そのうちヒトの血を吸う蚊は10種類以上と言われています。日本で一般的に人にさす蚊として問題となるのは、アカイエカ、ヒトスジシマカ(ヤブカ)などです。アカイエカは夜間吸血性で、屋内で寝ている人をさします。一方ヒトスジシマカ(ヤブカ)は主に昼間吸血を行い、屋内に侵入することは少なく、屋外で通りがかりの人をさします。



蚊は水中に卵を産み、幼虫であるボウフラが脱皮して成虫となり産卵を繰り返して増殖します。蚊はちょっとした水たまりがあれば容易に発生し、海や山だけでなく都心でも、放置されたジュースの空きビンや空き缶の水たまり付近で発生します。

#### ★蚊はどうして血を吸うの?★

蚊のエネルギー源は糖分で、普段は果物の汁や花の蜜などを吸って生活しています。メスだけが産卵のための栄養源として吸血し、オスは吸血しません。メスの蚊が血を吸うのは約1ヵ月の寿命のうち産卵するときの3~4回のみなのです。ちなみに、蚊が吸う血液の量は5mgです。

#### ★蚊に刺されると痒くなるわけ?★

蚊が皮膚にとまり、針を刺入してから血を吸い終わって針を抜くまでの所用時間は約2分40秒。蚊は人の皮膚にとまると、まず針をとおして自分の唾液を注入します。この唾液中にはヒスタミン様物質を含んでいます。その為、蚊にさされると皮膚が赤く腫れ、かゆみが起きますのです。その他に唾液中には、皮膚の感覚を麻痺させる物質や、血液を固まりにくくさせる物質も含んでいます。したがって、蚊にさされてしばらくしてからかゆみが起くるのは、この唾液の作用だとされています。その後、蚊は血を吸うのです。

#### ★蚊に刺されやすい人★

一般に蚊は人が吐く息の二酸化炭素(炭酸ガス)、人の皮膚の温度、湿度を頼りに、さす相手を探しあてます。そのため体温の高い人の方が探されやすく、刺されやすいと言えます。また、運動後や飲酒後は、皮膚の血管が拡張し、血行が良くなり体表面の温度が上がるのでさされやすくなります。女性は、月のうちに体温が微妙に変化するので、体温の上がる時期にさされやすいという説もあります。蚊は匂いにも寄ってきます。特に汗の匂いには敏感です。

#### ★蚊よけ対策★

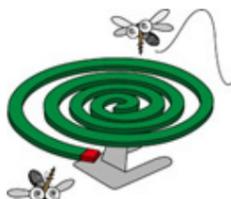
##### ◎蚊を発生させない!

・家の周りの水たまりをなくし、溝の掃除をし、ボウフラのすみかを無くすことを心がけてください。

##### ◎蚊に刺されないためにできること(外出時・屋外作業)

- ・海や山へ出かける際には虫よけ剤を使用しこまめに塗りましょう。
- ・蚊の発生しやすい場所では長袖を着用し、皮膚の露出を避けましょう。
- ・刺されたらできるだけ掻かないようにしましょう。ひどい場合には、抗ヒスタミン剤の入った塗り薬を塗布すると効果的です。
- ・蚊は汗の臭いに敏感ですので、体を清潔にしましょう。

※日本脳炎やマラリアといった病気は蚊によって伝染されます。日本脳炎はワクチン接種が義務づけられていますし、マラリアも病院で予防薬をもらうことができます。特に東南アジアなど感染の危険が高い地域へ旅行する人は虫よけ薬や蚊帳を携帯すると良いでしょう。



### \*今月の出来事\*

6月22日(土)23日(日)、「第24回日本専門薬局同志会全国大会」が神戸ポートピアホテルで行われました。テーマ「道をひらく~夢と希望を持って~」のもと、800人余りの同志が集いました。記念講演には、ジャズシンガーの綾戸智恵さんとテレビ番組の「世界一受けたい授業」「この差ってなんですか?」などに出演されている、お茶の水健康長寿クリニック院長 白澤卓二先生のお話を聞くことができました。お二人とも笑いあり感動ありの大変わかりやすいご講演でした。今回、私は日専同理事(大会役員)として参加させて頂き、先人達が築き上げてきた信頼と自信に満ち溢れた揺ぎない組織であるということに確信でき、同志たちの強い絆のもと、会員である喜びと誇りを実感できた2日間でした。



### セミの鳴き声があんなに大きいのは何故?

昆虫は鳴くといってもものどから声を出すわけではない。スズムシやコオロギなど、鳴く虫のほとんどが、羽を擦り合わせて音を出している。なかにはバツタのように脚を羽に擦りつけるものもある。しかしセミだけは、虫の中でもかなり特殊な鳴き方をする。腹の内部に、発音膜、発音筋という鳴くための専用器官をもっているのだ。鳴くときは発音筋を伸び縮みさせて発音膜を振動させる。この発音膜の周りには何もなく、輪切りにしてみると、セミの体はほとんどが空洞になっている。この空洞が共鳴室の役割を果たし、音を響かせる。セミの声が他の虫に比べても格段に大きいのは、この増幅効果があるからなのだ。ちなみに、鳴くのはオスのセミだけ。メスは鳴かないので発音膜はなく、胴体の空間には卵巣が詰まっている。



### 「梅雨を待ちつつ、気分転換に変身」

今年の梅雨入りは、6月26日と平年より21日遅く、史上最も遅いとのこと。その分、比較的ベトベト、ジメジメとした不快指数は感じられず、過ごしやすい日々を送ることができました。でも、時季に合わせた気候や天候が伴わないと、困ったことに野菜の収穫などにも影響し、値段の高騰で私たちの台所事情が厳しくなりつつあるようです。

先日、行きつけの美容院で“イメージチェンジしたい”と言ったところ、10年ぶりにストレートからパーマヘアに変身しました。主人からは、「平成元年ヘヤー」と言われるし、慣れるまでは違和感がありましたが、慣れると何となく可愛く見えてきました(笑)。髪型を変えることで、とてもしフレッシュして気持ちのいいもので、フレッシュな気分で店頭に立てるようになりました。朝も楽ちんヘアに結構満足している今の私です。

由紀子

### \*7月のイベント情報\*

#### 《個別・健康相談会 開催》

日時:7月17日(水)18:00~ 場所:フジカワ調剤薬局  
講師:中本 宗宏先生 [健康相談アドバイザー・温灸指導士  
・子宝カウンセラー指導士・薬膳アドバイザー・カッサ指導士]

\*参加費無料 限定3組(予約制)

- ・膝や腰の痛みでお悩みの方!
- ・不妊症でお悩みの方!
- ・アトピーでお悩みの方!など

◎三好スタンプたなばたセール◎

スタンプ2倍!! 7/1(月)~10(水)



とり出し竿の用意をするひまに釣れたりとはや人のいふこゑ 堀江市清 遺歌集より