

ミニニニかていてる in 茨城



日本心臓ペースメーカー友の会 茨城県支部

第21号 令和6（2024）年7月30日

茨城県取手市谷中 132-20

TEL0297-83-6199

令和6年度（2024年度）支部総会を開催

令和6年度（2024年度）支部総会を去る7月14日（日）土浦市社会福祉協議会会議室で開催しました。

出席者は会員14名（付添い2人）でした。総会の開催にご協力いただきありがとうございました。

総会では支部長挨拶、来賓の田中秀明先生（友の会特別会員、日本医療科学大学）ご挨拶、友の会本部からの祝辞披露の後、議事に移り、提案された第1号議案（令和5年度の活動報告・決算報告・監査報告）、第2号議案（令和6年度の活動方針案・収支予算案）及び第3号議案（支部役員を選任について）は、いずれも満場一致で採択されました。

昼食休憩の後、島峰徹也先生（東京工科大学医療保健学部）による講演「ペースメーカー手帳の見方」が行われました。

講演では、お話しの間・合間に質問の時間をとって下さり、質問の手が挙がると、島峰先生、田中先生が質問者一人一人のペースメーカー手帳を見ながら回答してくれました。ありがとうございました。



田中先生（左） 島峰先生（右）

総会に事情があって参加できなかった会員の方には本支部報の送付とともに当日採択された議案書及び講演の際に使用された「ペースメーカー手帳の見方」講演資料を同封しております。参考にさせていただきます。

総会に参加された方（敬称略）

お名前	市町村	お名前	市町村	お名前	市町村
石上 宏子	土浦	新井 エミ子	つくば	宮内 和枝	土浦
神田 洋次	水戸	栗山 博文	取手	磯川 潤子	行方
宮崎 弥生	取手	岡田 左千子	坂東	石井 はつ江	牛久
大野 良枝	牛久	鈴木 文昭	坂東	大木 綾子	那珂
村上 幸枝	つくば	佐藤 政紀	土浦		

会員の皆様から

- いつもお世話になっております。感謝しております。蜂窩織炎になってから体調が悪く困っております。年齢のせいもあるのですが、目、耳、足、腰と不自由が続いております。どうぞご自愛くださいませ。
- いつもお世話になっております。ペースメーカーの手帳の見方のお話楽しみにしております。
- いつもお世話様です。体調が悪くて、見通しが立たず、返信が遅れてしまいました。
- 2024年3月4日にペースメーカー装着したばかりです。様子が変わらず混乱しています。
- 初めて出席させていただきます。ペースメーカー術後5ヶ月が過ぎ当初の不安も消え落ち着いて過ごしております。退院後職員さんより勧められ、メロトニックをベッド側に置いていますが、効用使い方が正しく理解しておらず戸惑っております。
- いつもありがとうございます。暑くなってきましたご自愛ください。
- 支部役員の皆様いつも大変お世話になっております。ミニミニかていてるは心から感謝しつつ拝読しております。「かていてる」とシンボルマークの由来を教えてください、こみ上げるものがありました。ペースメーカー手帳の見方を教えてくださいありがとうございます。では当日を楽しみにしています。
- 5月に1回目の電池交換を行いました。不安でしたがなんとか退院して元気にしています。総会楽しみです。講演も楽しみで勉強します。
- 今年72歳になります。週4日7～8時間程ゴルフ場で外仕事しております。暑さ厳しい中水分を適度に飲みながら働かせて頂いてます。
- ペースメーカーを入れて3年が過ぎました（令和3年5月）。現在は失神することもなく安心して過ごしております（腰痛には悩まされておりますが）。支部の役員様方にはいろいろお世話になります。今後共よろしくお願い致します。
- ご苦労様です。都合で欠席します。
- いつもお世話様です おかげ様で昨年12年目にペースメーカーの交換を受けました。今は年なりに元気で暮らしています。皆様にもよろしくお伝えください。
- いつもご連絡ありがとうございます。14日は予定があり、参加は出来ません。宜しくお願い致します。
- 2年前より足の不調、1年前より尿もれなどの為、7月14日の総会には欠席させて頂きます。
- 6月4日、4年目の定期検査があり 機器も順調との診断を受けました。日常生活も変わらず過ごしています。
- 当日は3回目のペースメーカー手術による入院のため参加できません。ペースメーカーのおかげでこうやって永らえています。おかげさまで、フルマラソン42.195キロメートル以上の大会で263回完走いたしました。今は300回完走を目標にしています。皆様によろしくお伝え下さい。
- 講演内容を「かていてる」に掲載してください。
- いつも連絡ありがとうございます。体調をととのえて出席できる様にします。
- 久々の支部総会に出席できなくて本当に残念です。今回の講演会の内容が是非知りたいテーマ「PM手帳の見方」だったので何としても出席したかったです。神栖から土浦までの交通の便が都合つかず断念。後程の講演内容のまとめ期待します。
- とても興味関心のある内容ですが、

欠席いたします。

- お世話になっております。このたびは
ご負担骨折をしてしまいまして長い

間同じ姿勢でいることが無理です
ので欠席させていただきます。宜しく
お願いいたします。

特別寄稿

～ 新型コロナウイルス感染症が増えています ～

支部顧問

茨城西南医療センター病院

小石 沢 正

① はじめに

厚生労働省によりますと、7月14日までの1週間に全国でおよそ5,000の医療機関から報告された新型コロナの患者数は、前の週から1万5198人増えて5万5072人となりました。これは10週連続で増加していて、定点観測の結果は全国で11.18人、鹿児島県31.75人、佐賀県29.46人、宮崎県29.34人など九州地方で多くなっています。茨城県は10.83人、東京都7.56人、千葉県12.77人、埼玉県9.97人などとなっていますが、関東地方も今後増加することが考えられます。



② なぜ今感染が広がってきているのか？

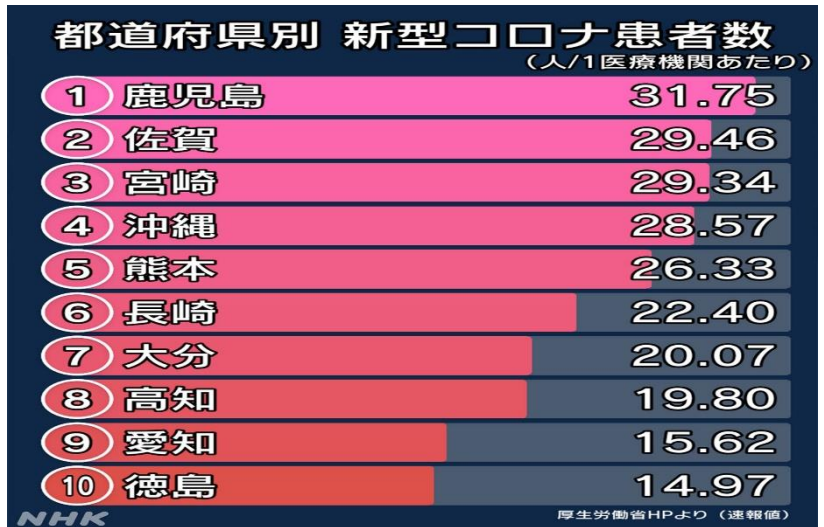
もともと夏場は冷房を効かせるために換気が行われにくく、マスクを外す人も増えることから、感染が広がりやすいと考えられています。そして今、オミクロン株の1種「KP.3」と呼ばれる新しい変異ウイルスが広まってきていることも増加の要因とされています。

③ 「KP.3」はどんなウイルスなの？

「KP.3」はオミクロン株の1種の「JN.1」から派生したウイルスで、日本だけでなく欧米など北半球で流行の主流になっている株です。従来のウイルスよりも過去の感染やワクチン接種によって得られた免疫を逃れる能力が高いことが分かっています、感染力がやや強いという報告もあります。

④ KP.3による症状は？

発熱、咳、のどの痛みなどの症状で、高熱を伴わないこともあります。症状の重さはこれまでと大きくは変わらないとされていますが、直近の厚生労働省のデータでは、新型コロナによる入院が増えていることもあり注意しておく必要があります。



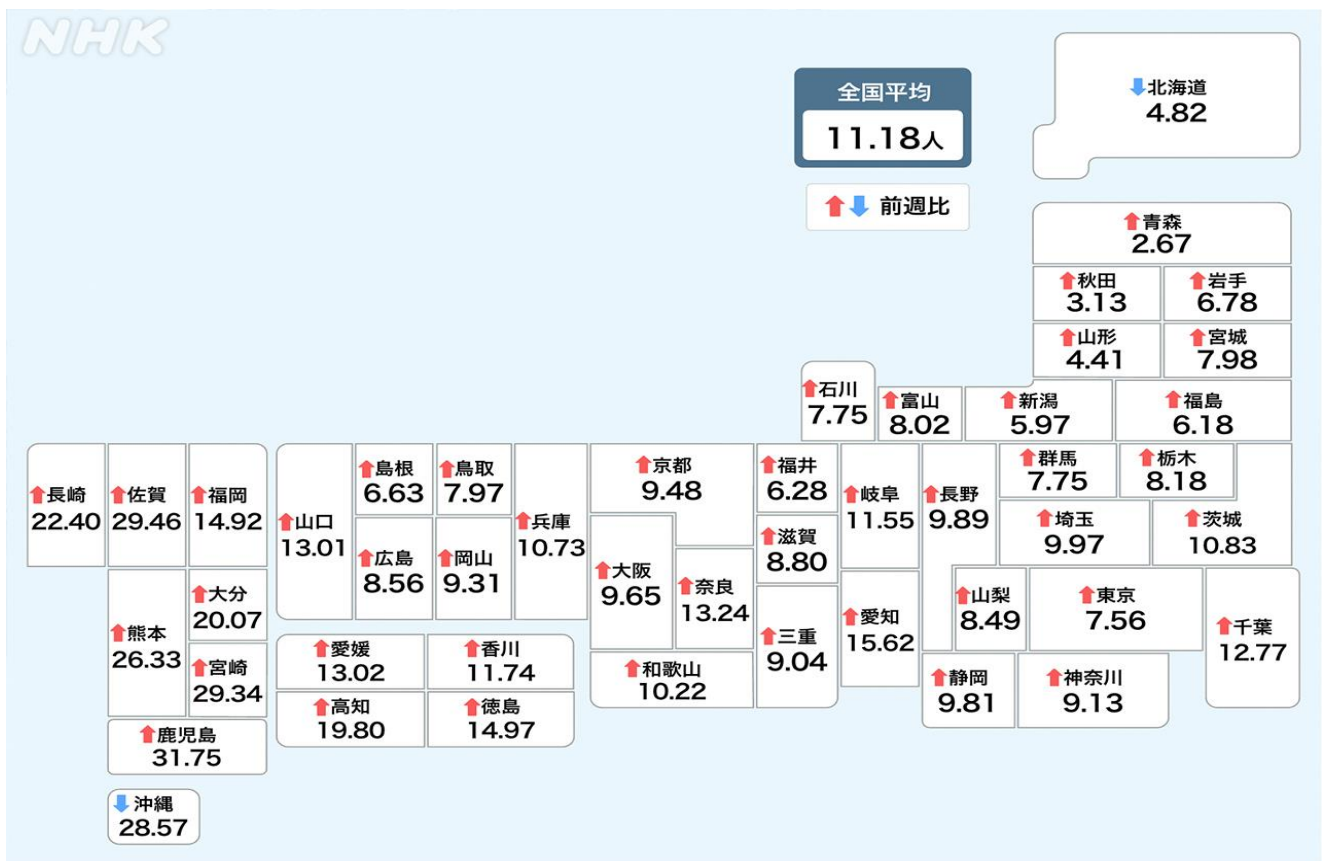
⑤ 今後の注意点は？

夏休みに入り行楽地で過ごす人が増え、さらにお盆の時期には全国的に人の移動が見られます。したがってこれからお盆明けごろまでは患者数が増え続けることが予想されます。

⑥ まとめ

これから流行期に入っていくことを踏まえて、換気や手洗いを徹底することが大事です。特に重症化しやすい基礎疾患のある人や高齢者は、人ごみに出る際にはマスク着用を徹底すること、それに症状が出た場合は早めに医療機関を受診するなどして、これまでよりも強めの対策を心がけてください。

今年の10月から自己負担によるワクチン接種が予定されていますが、高齢者など重症化リスクの高い方は市町村からの補助が受けられる予定です。ぜひワクチン接種を受けることをお勧めします。



(2024年7月22日時点でのデータによる)

**友の会ホームページに
アクセスチャレンジ！**

皆さん、友の会のホームページを見られましたか？ホームページを見ることを「アクセスする」と言いますが、ぜひ一度アクセスしてみてください。

パソコンをお持ちの方はパソコンで、マイクロソフトエッジなどのインターネットブラウザに「<https://pm-tomonokai.com/>」と直接入力するか、あるいはブラウザの「検索」ページで「日本心臓ペースメーカー友の会」と入力してください。検索結果から「日本心臓ペースメーカー友の会」を選択します。図1のような画面が表示されたら成功です。



図1 友の会ホームページ

スマホでも見ることができます。

アンドロイドスマホを例に説明します。

아이폰でも「検索」機能を使えば同じように出来ると思います。

図2のスマホ画面の「検索」窓（図の赤丸で囲ったところ）に「日本心臓ペースメーカー友の会」と入力して



図2

ください。

すると、図3のような検索結果が表示されます。

図3では下の方に青文字で「日本心臓ペースメーカー友の会」と表示されていますのでこの「日本心臓ペースメーカー友の会」をタップ（軽く触れて離す）します。



図3

図4のような画面が表示されたら、友の会ホームページにアクセス成功です。



図4

また、図5（QRコードと言います）をスマホのカメラで見ても友の会ホームページにアクセスできます。



図 5

図6のようになったら、青い文字の部分（赤い線で囲った部分）をタップしてください。



図 6

カメラで図5のQRコードを見ても図6のような画面が出てこない、また、何も起きない場合は、「Google レンズ」という機能を使います。

スマホで写真を撮影する場合は図7の青い線で囲った部分（スマホのカメラマーク）をタップして使いますが、「Google レンズ」は

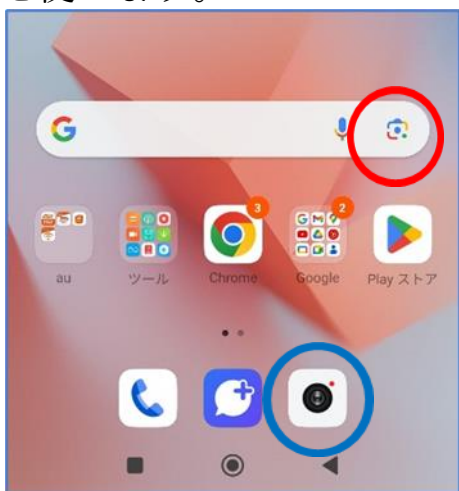


図 7

赤い線で囲ったところをタップして使

います。

図8のようになったらカメラマーク（赤丸の部分）をタップすればGoogleレンズが使用できるようになります。

そして、図5のQRコードをカメラで見れば、図6のような画面が表示されると思います。



図 8

操作の途中で「許可」を求められることがあります。心配な場合は「今回のみ」許可するとしたら良いと思います。

ぜひ一度試してください。

（編集後記）

- 支部報第21号をお届けします。
- 毎日暑い日が続いています。気象予報では10月まで例年より温度が高いとのこと。水分をとり、できるだけ涼しいところで過ごす様にしましょう。
- 小石沢先生ご寄稿ありがとうございました。コロナと熱中症との区別がつきにくいようです。マスクの着用、手洗い・うがいを心がけましょう。（栗山）