

長尾



No. 296

TIMES

令和 2 年 3 月号

DISTRICT 336-A · 4R · 3Z

INTERNATIONAL
L.C NAGAO



＝ 目 次 ＝

1. 表紙（東かがわLCが丹精している河津桜：柿木真一）
2. 336-A地区4R-3Z第3回ガバナー諮問委員会、ゾーン・レベル会員委員会
3. ウィルスの手洗い時間・回数による効果
4. ゲストスピーチ「出身国ミャンマーについて」
8. 新型コロナウイルスに関するQ&A厚生労働省HPより一部分
10. 大鉢山国旗掲揚（建国記念の日、天皇誕生日）
11. ドネーション(第1341回、第1342回)
12. 2月の誕生者、3月の予定、今月の誕生祝品、編集後記

各家庭でも国民の祝日には国旗を掲揚しましょう

336-A地区 4R-3Z

第3回ガバナー諮問委員会 ゾーン・レベル会員委員会

とき：令和2年2月22日 ところ：トレストア白山

三木さぬきライオンズクラブがホストクラブになり、ガバナースローガンは

「4R-3Z第3回ガバナー諮問委員会並びにゾーン・レベル会員委員会」

「誇り・挑戦・進化・輝く未来にウィサーブ」

我が長尾ライオンズクラブから会長 柿木眞一、第一

副会長 富田哲士、幹事 松原典士、会員委員長 坂東

護が出席しました。

先ず 4R-3Z ZC五味俊一挨拶の後、来賓の第二

副地区ガバナー 蔵本守雄 地区常設委員会 I T 特別委

員長 長尾和彦 4R-RC 藤川佳代の挨拶の後 4R G

MT・GLT・FWT・会則委員 檜 昭二から諸報告

を受けた後議事に入りました。

4R-3Z ZC五味俊一から第3回地区ガバナー諮

問事項の中で2020～2021年度336-A地区

次期ガバナーとして7R-3Z高知りょうまライオン

ズクラブ 酒井公一から立候補届がなされたと報告を

受けました。

ガバナーキーワードは

「会員ファースト」になる予定なので諸準備に取り

掛かるよう要請がありました。

次期第一副地区ガバナーは4R-2Z高松源平ライオ

ンズクラブ 蔵本守雄から立候補届がなされているた

め長尾ライオンズクラブとしても2021～202

2年度は忙しくなりそうです。

その他3Zに関係する2020～2021年度地区

役員・委員にZCとして高松グリーンライオンズク

ラブ 藤原正雄 GMT・GLT・FWT・会則委員と

して東かがわライオンズクラブ 若松高美、MCライ

オンズ情報・地区誌・大会参加委員として長尾ライ

オンズクラブ 松原典士、IT特別委員会委員として

浦野裕之がそれぞれ推薦を受けています。



336-A地区ガバナー 高岡英治 スローガン 「We Serve」
ガバナーキーワード 「真心」

尚、2020～2021年度地区キャビネットは高知プリンスホテル4階エメラルド内に設置されました。

その他として第58回OSEAL（オセアル）フォーラム（広島）の不足分を協力金として依頼を受けていました。予算組で理解に苦しむところは指摘しましたが336-A地区の備蓄金を流用してなお不足分会員一人当たり500円は例会の承認通り負担することにしたのでご理解いただきたいと思います。

その他クラブ目的達成の諸課題を協議、充実したガバナー諮問委員会となりました。

続いてゾーン・レベル会員委員会が同時開催され4RGM・GLT・FWT・会則委員 檉 昭二から会員増強（今年度中に各クラブ1名の純増）を強く求められました。

（松原典士 記）



手洗いの時間・回数による効果

手洗いの方法	残存ウイルス数 (残存率)*
手洗いなし	約1,000,000個
流水で15秒手洗い	約10,000個 (約1%)
ハンドソープで10秒または30秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎ	数百個 (約0.01%)
ハンドソープで60秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎ	数十個 (約0.001%)
ハンドソープで10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぎを2回繰り返す	約数個 (約0.0001%)

*:手洗いなしと比較した場合

出典

森功次他:感染症学雑誌、80:496-500,2006

<http://journal.kansensho.or.jp/Disp?pdf=0800050496.pdf>

National Institute of Health Sciences

52

国立医薬品食品衛生研究所

ゲストスピーチ

テーマ 「出身国ミャンマーについて」 2月21日(金) 第二例会

公益財団法人オイスカ四国研修センター 研修生 マテ様

みなさん こんにちは、四国研修センターの小野隆と申します。8代目所長として丸2年になります。毎年、長尾ライオンズクラブの例会に呼んでいただいて本当にありがとうございます。お陰様で四国研修センターは今年で52年目を迎える事が出来ました。今までに研修生とか技能実習生、合わせて39ヶ国 16000人を超える研修生を送り出しています。毎日いろんなことがあって楽しい日々を送っています。マテは去年の2月に来たので1年過ぎましたので本当に日本語も上手になりました。今日はミャンマーの事を詳しく紹介してくれると思いますので楽しみにしていただきたいと思います。



みなさん こんにちは、今からミャンマーについて発表を皆さんにさせていただきます。どうぞよろしくお願ひします。

ミャンマーはアジアの東にあります。周りの国は、ラオス、タイ、バングラデシュ、インドと中国です。ミャンマーの面積は677000km²です。東から西までは930kmと南から北までは2050kmです。世界の中で40番目です。日本より大きいです。(日本の1.8倍)今の首都はネーピドーです。



子どもたちは学校へ行く時も舟で行きます。そして、作った野菜と色々な物を舟を使って市場で売ります。有名な町です。



ミャンマーで大切に食べているお菓子です。ミャンマーでは竹がたくさんありますから、これを使ってお菓子を作ります。竹の中におもち、ココナッツ、ピーナッツ、塩を混ぜて入れます。そして火の上で焼きます。焼いた後に皮をむきます。焼いた後の竹の皮が黒くなります。黒くなったのをむきます。焼いたのを唐辛子とか魚をかけて好きな味にして食べます。普通の竹と違います。パウンデと言います。

お茶の葉っぱです。お茶の葉っぱを食べる時、自分の好きなピーナッツ、唐辛子、胡麻、海老、トマト

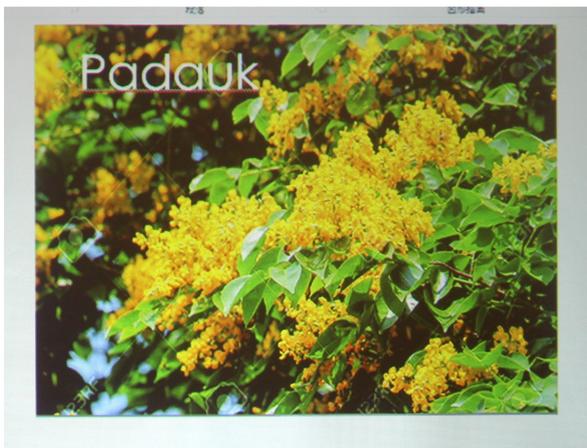
でいろんな味をつけてサラダみたいに食べます。お茶の葉っぱを自分の家へお客さんが来る時、食べさせているのでいつもあります。私の故郷で大きな祭りがある時、葉っぱの上に色々な食べ物を置いて食べます。冬のクリスマスと稲刈りの時も食べます。納豆も

私の故郷にあります。でも作り方は日本と違うと思います。蒸した後葉っぱの中に入れて一週間くらいそのまま置きます。そして自分の好きな味にして食べます。揚げても食べます。日本と食べる方法は違うと思います。



ミャンマーの中で一番高い仏像です。(129m) 私の村の近くにあります。その仏像の中にはいろいろな絵が

あります。3月から4月にかけて水を掛ける祭りがあります。水の日と言います。祭りの意味は悪いことを水で流そうという事です。おいしいさん、おばあさんは、葉っ



ばで水を体
 にかけると
 悪いことが
 サヨナラに
 なります。
 次は水の日
 の大切な花
 です。名前
 はパダウで
 す。日本人
 の桜みたいに
 大切です。こ
 の花は水の日
 に咲きます。
 この花を見る
 と水の日を楽
 しみに待つて
 います。水の日
 が終わると
 その花もサヨ

短いですけど、ありがとうございます。



10月、火をまつります。とてもきれいです。
 ミャンマーは仏教ですからお寺がたくさんあります。

ナラします。

柿木会長より研修生マテ様へお礼を渡しました。



(ICレコーダーから文章を起こしました。十分には
 書き起こせませんでした。が概ね合っていると思いま
 す。やまぼん)

新型コロナウイルスに関するQ&A (一般の方向け) 厚生労働省ホームページより一部分

新型コロナウイルス感染症の予防法

問13 感染を予防するために注意することはありますか。心配な場合には、どのように対応すればよいですか？

まずは、一般的な感染症対策や健康管理を心がけてください。

具体的には、石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる消毒などを行い、できる限り混雑した場所を避けてください。また、十分な睡眠をとっていただくことも重要です。

また、人込みの多い場所は避けてください。屋内でお互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすときはご注意ください。

問17 「咳エチケット」とは何ですか？

咳エチケットとは、感染症を他者に感染させないために、咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえることです。

対面で人と人との距離が近い接触（互いに手を伸ばしたら届く距離でおおよそ2mとされています）が、一定時間以上、多くの人々との間で交わされる環境は、リスクが高いです。感染しやすい環境に行くこ

とを避け、手洗い、咳エチケットを徹底しましょう。
マスク、トイレットペーパー

問20 マスクをした方がよいのはどのような時ですか？

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫及びそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ上で高い効果を持ちます。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクを着用しましょう。

ご自身の予防用にマスクを着用することは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防策と考えられますが、屋外などでは、相当混み合っていない限り、マスクを着用することによる予防効果はあまり認められていません。

問21 マスクが手に入りにくいですが、いつになったら手に入るようになりますか？

マスクは、国内メーカーで24時間の生産体制を敷いており、2月中には毎週1億枚を超える供給が確保される見込みです。また、輸入量も増やしています。できるだけ早く品切れが緩和されるよう、更なる増産を働きかけています。

メーカーが生産・輸入したマスクは、医療体制を確保して治療を進展させ、同時に公共の場での感染の拡大を防ぐ観点でも重要な物資です。医療機関、高齢者が多く利用する施設、あるいはバスやタクシーなど公共交通機関などにおけるニーズに添えつつ、優先的に出荷せざるを得ない側面もあることから、店頭に並ぶまでには一定程度の時間を要することに

ご理解ください。
また、転売目的での購入はやめてください。あわせて、不要不急の買いだめを控えていただくよう、御理解・御協力をお願いします。

問22 マスクが手に入らないときは、代わりにどのような方法があるでしょうか？

自分の手を用いるのではなく、ハンカチやタオルなど、口を塞ぐことができるものを代用することでも飛沫（くしゃみなどの飛び散り）を防ぐ効果があります。

問23 トイレットペーパーやティッシュペーパーが不足していると聞きますが、本当ですか？

トイレットペーパーやティッシュペーパーが不足しているという情報が、SNS等で広がっていますが、下の表のとおり、不足していません。100%近くが国内生産であり、十分な在庫があります。一部店舗での品切れも、順次解消していく見通しです。

その国内生産に当たっての原材料の4割は輸入パルプ材ですが、これらは北米・南米からの輸入であり、中国などアジアには依存していません。日本家庭紙工業会や経済産業省からも、製造・流通も正常に行われていることに加え、工場の在庫だけでも約3週間分が確保されているという説明が、2月28日に行われています。したがって、通常どおりの生産・供給が行われてお

り、今後とも不足する懸念はありません。消費者の皆様には、安心して落ち着いた行動をお願いするとともに、買占めや転売などの行為によって、必要な方にトレットペーパーなどが届かないといったことがないように、御理解と御協力をお願いいたします。

症状がある場合の相談や新型コロナウイルス感染症に対する医療について

問28 熱や咳があります。どいついたらよいでしょうか？

発熱などのかぜ症状がある場合は、仕事や学校を休んでいただき、外出やイベントなどへの参加は控えてください。休んでいただくことは本人のためにもなりますし、感染拡大の防止にもつながる大切な行動です。そのためには、企業、社会全体における理解が必要です。厚生労働省と関係省庁は、従業員の方々が休みやすい環境整備が大切と考え、従業員や企業にその整備にご協力いただくようお願いしています。

咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手でおさえると、その手で触ったドアノブなど周囲のものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他者に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。

発熱などのかぜ症状について、現時点では新型コロナウイルス感染症以外の病気による場合が圧倒的に多い状況です。風邪やインフルエンザ等の心配があ

るときには、これまでと同様に、かかりつけ医等にご相談ください。

新型コロナウイルスへの感染のご心配に限っては、最寄りの保健所などに設置される「帰国者・接触者相談センター」にお問い合わせください。特に、先日「相談・受診の目安」として公表しました以下の条件に当てはまる方は、同センターにご相談ください。

・ 風邪の症状や^{37.5}度以上の発熱が4日以上続く場合（解熱剤を飲み続けなければならぬときを含みます）

・ 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合 高齢者をはじめ、基礎疾患（糖尿病、心不全、呼吸器疾患（慢性閉塞性肺疾患など））がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方

・ 風邪の症状や^{37.5}度以上の発熱が2日程度続く場合
・ 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合

問29 発熱の継続はどのように確認すればいいですか？

発熱は、感染症や腫瘍、炎症などにより起こります。一般に、^{37.5}度以上の場合、発熱とみなします。発熱が認められる場合は、毎日体温を測定し、体温と時間を記録してください。

問32 新型コロナウイルスへの感染が心配される場合、直に医療機関を受診しないように、複数の医療機関を受診することを控えるように、とされているのはなぜでしょうか？

まず、風邪の症状や発熱、だるさ、息苦しさなどの症状あっても、現時点ではインフルエンザ等の新型コロナウイルス感染症以外の病気の方が圧倒的に多い状況です。風邪やインフルエンザ等の心配がある場合に、これまでと同様、かかりつけ医等にご相談ください。

一方で、「帰国者・接触者相談センター」でご案内する「帰国者・接触者外来」には、新型コロナウイルス感染症が疑われる方が受診されますので、感染への不安から、適切な相談をせずに、これらの外来を設置している医療機関を受診することは、皆さんが新型コロナウイルス感染症でなかった場合に、かえって感染するリスクを招くこととなります。

また、新型コロナウイルスへの感染の心配に限っては、まず同センターにご相談下さい。ここで紹介する「帰国者・接触者外来」を設置している医療機関は公開していません。これは、2009年の新型コロナウイルスエンザ流行の際に、一部の府県で特定の医療機関の外来に受診者が殺到して、急を要する方に対する対応に時間を要した等の経験があるからです。急を要する方（例えば、集中治療を有する重症者）を優先的に受け入れられるようにするための必要な対応ですので、ご理解をお願い致します。

大鉢山国旗掲揚 2月11日 建国記念の日

参加者

長尾ライオンズクラブ 3名

富田義雄 松原典士 松原マキエ

さぬき里山会 6名

木村保 玉越修 白井泰明

林弘之 玉越和子 林留美

国旗掲揚後も、いい天気恵まれ長尾ライオンズクラブのアクティビティを広く認めてもらいました。

2月23日 天皇誕生日

残念ながら、強風のため直ぐ降ろしましたが、天皇誕生日の参加者は次の皆さんです。

長尾ライオンズクラブ 5名

柿木眞一 松原典士 富田義雄 (新) 六車周二

松原マキエ

さぬき里山会 7名

木村保 林弘之 (新) 三宅一史

(新) 三宅正人 (新) 山下博史

(新) 真鍋孝博 林留美



(2月23日天皇誕生日に参加の皆さん)

大鉢山に日の丸を掲げましょう

第1341回例会並びに理事会、委員会などで大鉢山の国旗掲揚についてさぬき里山会も高齢化してきているのでこのまま継続できるかどうか不安であると報告しました。

しかし大鉢山で国旗がたなびていることは、地域の方々に喜んでもらえている。地域のシンボルになっているので、長尾ライオンズクラブとしてもこのアクティビティを絶やすことは忍び難く広く呼びかけたところ、今回5名の新しい方に協力を頂いたので継続できる見込みがたったような気がしています。

今後とも多くの方に協力をいただき「白山」や「嶽山」に負けないよういついつまでも長尾ライオンズクラブが設置した、大鉢山国旗掲揚台に日の丸を掲げたいものです。

(松原典士)

ドネーション

第1341回例会

令和 2年2月7日

氏名	どんなことで
安西 勝	ベトナム、ダナン 山良し 海良し ○○○安す
山下速雄	2月FEBRUARY 誕生日 お目出とうございます。 美味しい苺食べて元気で日々頑張ってください。
柿木眞一	今月誕生日をお迎えの皆様おめでとうございます。 寒さが厳しい折、カゼなど おひきにならぬよう！！
坂東 護	本日はネタがありません。
松原典士	昨日は高松市内で初雪を観測したと発表がありました。暖冬の影響で平年より45日遅い とは言うものの今朝はすごく冷え込みました。カゼなどひかず健康でいたいものです。
富田哲士	寒い日が続きます。風邪をひかないよう健康管理に気をつけましょう！
林 誠二	かぜが、ようやく治りました！
藤岡 旭	こんばんは、今、マスクが不足しているとのことですが神戸に居る子どもに日曜日にマスク を届けに行きます。みなさん、ウィルスにまけないようにして下さい。
村尾良明	寒さももうしばらくです。健康第一で頑張りましょう。
国方 弘	寒さに負けずに頑張りましょう。

ドネーション総額 31,000円

ドネーション

第1342回例会

令和 2年2月21日

氏名	どんなことで
池田正敏	研修生のマテさん、ミャンマー国の紹介ありがとう よくわかりました
安西 勝	本日のゲスト 研修生マテを向かえて 第4番目の孫が出産し今日無事退院しました。
滝川茂美	皆さんこんばんは コロナウイルスには気を付けましょう。
坂東 護	マテさんのスピーチに感謝
柿木眞一	オイスカ四国研修センター小野所長様、研修生マテ様のご来訪を歓迎いたします。
村尾良明	オイスカ四国研修所のゲストスピーチに感謝します。
富田哲士	オイスカ四国研修センター小野様、研修生マテ様を歓迎して
十河清隆	オイスカ四国研修センター マテ様 スピーチありがとう
六車誠司	マテ様、ゲストスピーチありがとうございました。
山下速雄	新型コロナウイルスで大変な事がおきています。一日も早く終息する様に願います。
松原典士	先の日曜日老連演芸大会で一日中司会をして声を張り上げたため喉を痛めて風邪の症状 が出てきました。新型コロナウイルスの感染(新型肺炎)とかインフルエンザで無いのでご 安心してください。
植原成典	オイスカ四国研修センター 所長 小野様、研修生マテ様 よこそ
藤岡 旭	今日はすごくあったかかったですね。もう春やな。
森川康生	1. オイスカ四国研修センター所長の来訪 マテ様のスピーチに感謝して 2. 2月の誕生者おめでとうございます
富田義雄	ミャンマー国マテさんのスピーチに感謝して 喜寿を健康で迎えられたことに感謝して
国方弘	オイスカ研修センターの皆さんを歓迎します。

ドネーション総額 43,000円

発行：長尾ライオンズクラブ 〒769-2301
 発行人：会長 柿木眞一 幹事 松原典士 編集

香川県さぬき市長尾東914-1 TEL 0879-52-5800 FAX 0879-53-2098
 ライオンズ情報・IT・大会参加委員会

発行日：令和2年3月1日



2月の誕生者

- LC 富田 義雄 2月15日
- LC 白井 敏雅 2月22日
- LC 井上 知代子 2月20日
- LC 眞鍋 美代子 2月20日
- LC 滝川 勢津子 2月27日

2月誕生会に出席の方

3月の予定

- 3月6日(金) 第一例会(第1343回)
 理事会・誕生会・指名会(いろは)
- 3月13日(金) 指導力育成委員会(長尾公民館)
- 3月15日(日) 延期 社会教育等施設の清掃作業
 (長尾公民館)
- 3月20日(金) 大森山園旗揚
 (春分の日) 6時半
 第例会(第1344回)
 理事会 (いろは)
- 3月21日(土) 用 4R新員オリエンテーション
 ーTワンポイント講座
 (ホテルマリンパレスさぬき)
- 3月26日(木) 用 LCI-F研修会
 (高松国際ホテル)
- 3月27日(金) 奉仕委員会(長尾公民館)
- 3月26日(木) 延期 高松屋島LC
 認証55周年記念式典修会
 (高松国際ホテル)

編集後記

今 月の一枚は、山下速雄さんの予定でしたが写真が見当たらず代理で山下農園の苺です。新型コロナウイルス、Q&Aを厚労省のHPから一部転載しました。早く収まってほしいです。予約キャンセルの電話に恐怖しています。家族会旅行(西条酒蔵めぐり)楽しみにしていましたが残念でした。表紙の写真は柿木会長がLine(東かがわLCが丹精している河津桜です。満開で大勢の人が来ています。)で送ってくれました。(やまぽん)



今月の誕生祝い品