

行雲流水

No.269 令和4年11月17日発行

「冬への備え」は、どうぞお早めに

校長 寒河江 正人

西から北へと目を移すと、**朝日連峰・月山・鳥海山**などの山々は白くなり始めましたね。
みなさん、「**冬への備え**」は、進んでいますか？

私は、車検の機会に併せ、今週、「**スタッドレスタイヤへの交換**」を済ませました。
そして、先週には、かかりつけ医で「**インフルエンザワクチンの接種**」を受けました。

みなさんもお承知のとおり、「**インフルエンザワクチンの接種**」を受けたからと言って、
感染自体を防ぐことはできません。それに、あくまでも「**任意の接種**」であります。
感染する前に「**ワクチン**」を接種しておけば、体内に「**抗体**」ができ、感染した場合の
「**重篤化（肺炎や脳症などの合併症）**」を防ぐことができる「**お守り**」に過ぎません。

「**ワクチンの接種**」から「**2週間ほどで抗体**」ができ、「**抗体の効果**」が出始めます。
それから、「**およそ5か月間は、その抗体の効果が持続する**」とされています。
2016年から現行のワクチンは、「**A型2種類・B型2種類の計4種類**」に対応するもの
になっているそうです。

それでも大切なのは、「**うがい、手洗い、手指消毒、マスク着用、まめな換気**」の励行。
そして、「**体温を適正な状態にして、免疫力をアップしておくこと**」です。
「**しっかり朝食、ゆっくりお風呂、ぐっすり睡眠**」で、冬を**健康・笑顔**で過ごしましょう。

一方、「**スタッドレスタイヤ**」を装着したからといって、**過信・油断は禁物**です。
あくまでも、冬季間における「**ブラックアイスや積雪路面でのスリップ事故**」の**リスクを軽減**するための「**お守り**」に過ぎません。

大切なのは、まず「**ゆっくりと早めの出発**」で、「**心と時間にゆとり**」をもつこと。
次に、「**ふんわりブレーキ**」を心がけ、決して「**急ブレーキ・急ハンドル**」にしないこと。
そして、歩行者や周囲の車に「**優しい思いやり・譲り合いの運転に徹する**」ことです。

事故は、一瞬！！ 交通事故は、**被害者も、加害者も、どちらも「不幸」**にします。
「**ゆとり・やさしさ・おもいやり・ゆずりあい**」で、冬を**安全・笑顔**で過ごしましょう。