

カラダのこと  
おしえて!

「咳エチケット」と「手洗い」で流行の拡大を防ぎましょう

## インフルエンザの季節です！

「咳エチケット」とは、2003年（平成15年）に新型肺炎（SARS）が大流行したときにつくられた感染対策です。この対策は、咳をする人すべてが周りの人にうつさないためのエチケットとしての心遣いが大切であるということから、世界中に広められました。

## 《咳エチケット》

- ①咳が出る人はマスクを着用する
- ②咳が出るときはティッシュペーパーなどで口と鼻を覆い、しぶきが飛ばないようにする
- ③咳が出たときに使用したティッシュペーパーはすぐに捨てる
- ④咳が出てティッシュペーパーを使用した後は手を洗う



インフルエンザのウィルスは咳をしたときに出るしぶきの中に多数含まれています。咳のしぶきが手についたまま、周囲にさわると、さわったところにウィルスを付着させてしまいます。そこを次の人がさわることによって感染していく場合もあるので、流行期には普段より手洗いをきちんと行うこともインフルエンザ感染を拡大させないためには重要です。

インフルエンザウィルスはアルコール消毒で死滅するので市販されているアルコールが含まれた手指消毒剤で手を消毒することも有効です。

冬に流行する疾患はインフルエンザのほかにもありますが、共通する対策は手洗いです。自分も周りの人も守るためには一人ひとりが感染を拡大させないための注意が必要です。

(上野総合市民病院

感染管理認定看護師 前田 きよ美)



【問い合わせ】 上野総合市民病院 ☎ 24-1111

## 伊賀市の文化財 79

市指定文化財（天然記念物）

## 高徳寺のカゴノキ（高山）

高山の集落のいちばん高い所に高徳寺があります。本堂の西側、高いブロック張りの法面の上から身を乗り出すように一本の木が生え、高山の集落を見おろしています。この木がカゴノキです。

カゴノキはクスノキ科に属し、千葉県から沖縄県にかけて自生する雌雄異株の暖地性常緑高木です。

成木の樹皮は灰黒色で、点々と丸い小薄片が剥がれ落ち、その跡が黄白色となり、鹿の子の斑紋に似ていることから「鹿子木」の名がついたとされます。

カゴノキは、春日大社などでは神の使いとしての鹿にちなんで植えられています。寺院の場合は「火護」の字をあて、本堂を火災から護るといふ縁起から植えられたと言われまゝ。なぜ樹皮が剥がれるかは、一説



には、つる植物を巻きつかせないためとも言われています。

高徳寺のカゴノキの幹周囲は約4m、樹高は約17.5mで、樹齢は約400年とされます。

『伊水温故』には、元来、庵だつたものを正保年間（一六四五～一六四八）に、高徳寺に改められたとあり、この頃に植樹された可能性も考えられます。

また、このカゴノキの洞からは、全く別の樹木（モミジ）が生長していて、カゴノキの傍から見上げると、モミジをカゴノキが包み込み、あたかもカゴノキの葉とモミジの葉は同じものように勘違いしてしまうほど、一体化しているまれな状態を作り出しています。

なお、高徳寺のカゴノキは、その大きさが県内最大であるとして、平成25年2月12日に、市の天然記念物に指定されました。

文化財室

☎ 47・1285

FAX 47・1290