

# 変動する気候と暮らし

生活協同組合パルシステム東京

# コロナ禍の暮らしについて

温暖化の影響はすでに起きています。  
 数十年に一度と言われてきた台風・洪水被害などは毎年、必ずどこかで起こるようになり、珍しくない、当たり前前の現状になっています。  
 地球温暖化の影響で、気温上昇以外にも集中豪雨や干ばつによる森林火災など、さまざまな気候変動が起こっています。

## 極端な気温

最高気温が35℃以上の猛暑日が増加傾向です。  
 2020年も記録的な猛暑が各地で起こりました。

## 破壊的な台風・極端な降水

洪水・高潮・強風による被害が出ます。  
 洪水による人々への深刻な健康被害や生計崩壊のリスクになります。

## 海面上昇

水が温まると傍聴する性質と、氷河などの陸氷が溶けることによって海面が上昇します。  
 南極やグリーンランドの氷床が全部溶けると海面70m上昇し、世界の多くの都市が水没します。

## 海の酸性化

プランクトンや貝類などのさまざまな生き物に悪影響を及ぼします。

## 海水温の上昇

海水温上昇により台風が発達し続けて強大になります。  
 昆布の減少、魚の生態にも影響がでます。

## 乾燥傾向

乾燥地域では干ばつが起こりやすくなり、火災も増えます。  
 水不足、食料不足が心配されます。

大切なのは・・・私たちはこれ以上悪くならないように温室効果ガスを減らすことです。省エネルギーな暮らしをしましょう。温暖化による悪影響に備えることも大事です。自分の地域のハザードマップを確認し、食料不足や水不足への備え、熱中症や蚊対策など健康にも気を付けましょう。

変動する環境から私たちが第一に考えることは、健康といのちを守ることでないでしょうか。

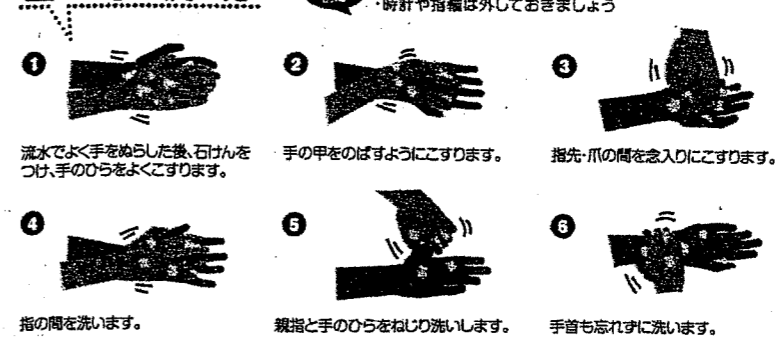
日本の場合、第1波は6月半ばに収束。現在、第3波がきているとされていますが、第2波の時はPCR検査数が増えたことによる陽性者の増加で、第1波のくすぶり程度という専門家もいます。ただ、このくすぶりは**永遠に続く**そうです。

冬に多いインフルエンザ、ノロウイルスにも十分気を付けなければなりません。以下の表を参考に、予防に努めましょう。

栄養も取り、睡眠を十分に、自分の内なる免疫力を上げ、自己治癒力で対処する考え方、自己軸をしっかり持つことも大切のようです。

	新型コロナウイルス	インフルエンザ	ノロウイルス
症状	発熱、空咳、倦怠感、のどの痛み、味覚または嗅覚の消失、呼吸が苦しいまたは息切れ、胸の痛みまたは圧迫感	38度以上の急な発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身に症状	主に下痢、おう吐、吐き気、軽度の発熱を伴う場合もあり
潜伏期間	通常1～14日間	通常1～3日、長い場合は1週間	1～2日
感染経路	①主に感染した人の咳やくしゃみなどのしぶきに含まれるウイルスを吸い込むなどの飛沫感染 ②感染した人の咳、くしゃみ、鼻水などが付いたものに触れることによる接触感染	①主に感染した人の咳やくしゃみなどのしぶきに含まれるウイルスを吸い込むなどの飛沫感染 ②感染した人の咳、くしゃみ、鼻水などが付いたものに触れることによる接触感染	①ノロウイルスに汚染された食品 ②ノロウイルスに感染した方のふん便やおう吐物など
予防	密集、密接、密室を避ける 安全な距離を保つ こまめに手を洗う 室内換気と咳エチケット マスクの着用	予防接種、手洗い、うがい 室内の湿度を適度に保つ マスクの着用 睡眠を充分とり栄養バランスにも気ける	流水・石けんによる手洗い 食事の前や、調理の前、トイレに行った後、そして感染者の排泄の介助やふん便・おう吐物の処理の後など

## 正しい手の洗い方



※掲載元：厚生労働省ホームページ