

## 感染症関連情報

### 感染症現状

インフルエンザは例年に比べて大幅に少ない状況です。全国の保健所地域で警報レベル、注意報レベルを超えている地域はないようです。今シーズン（1月17日まで）の患者数は1000人未満です。

新型コロナウイルス流行の影響で感染対策を徹底している影響や医療機関への受診控えなどが影響していると考えられます。

感染症対策の基本は「手洗い」や「マスク着用を含む咳エチケット」です。マスクの着用は習慣のように広く浸透してきましたが、手洗いのほうはどうでしょうか？ただなんとなく洗うのではなく正しい手の洗い方を身につけましょう。

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。  
**外出先からの帰宅時**や**調理の前後**、**食事前**などこまめに手を洗います。

**正しい手の洗い方**

手洗いの前に  
 ・爪は短く切っておきましょう  
 ・時計や指輪は外しておきましょう

- 1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲をのばすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 4 指の間を洗います。
- 5 親指と手のひらをねじり洗いします。
- 6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

首相官邸  
厚生労働省  
厚労省 検索



提供元：厚生労働省

SAITO MEDICAL GROUP



既成概念を突き抜ける私たちの強い信念と、「患者さんと私たち、自分たちとその家族」を象徴する2つの円が、ともに生きる姿を表現しています。

# 共生会通信

VOL.31



2021.2

発行：SAITO MEDICAL GROUP  
 編集制作：医療法人共生会 企画広報部  
 〒088-3465 川上郡弟子屈町川湯温泉 4-8-30  
 TEL 015-483-3121  
<https://saitomedical.jp/>

## 川湯の森病院 近況

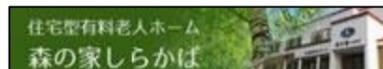
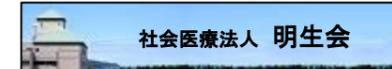
### 1月7日 空手演武

2階病棟の工藤師長による空手演武が行われました。

コロナ早期終息を祈願して「コロナ」と書かれた厚さ2.4センチの板を大きな気合いと共に正拳突きで割り、拍手が上がりました。



コロナに負けるな！



## おいしい病院食レシピ

### 豚肉のパン粉焼き

- 豚肉に塩コショウをふり、下味をつける。
- トマトは種を取って、5mm 角にし、シイタケも同様に 5mm 角に切る。
- リーフレタスを千切りにする。
- ピーマンは食べやすい大きさに切り、油で炒める。
- にんにくをみじん切りにして、パン粉、パセリ（乾燥）と混ぜ合わせる。（A）
- 塩コショウした豚肉に粒マスタードを薄く塗り、トマト、シイタケ、（A）の順に重ねる。
- オープンで 5 分焼き、アルミホイルをかぶせ、さらに 7～8 分焼く。
- お皿にリーフレタスとピーマンをのせ、肉を盛り付ければ完成です。



※ 分量

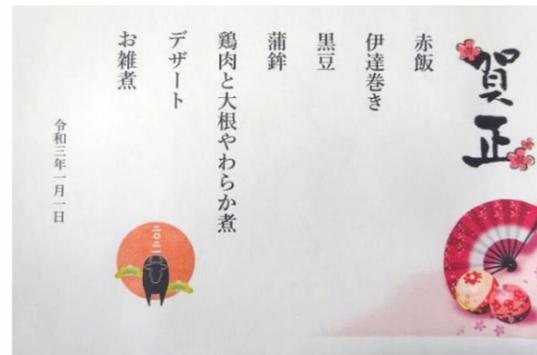
・豚ロース	90g
・塩、コショウ	少々
・トマト	40g
・シイタケ	20g
・リーフレタス	15g
・ピーマン	10g
・にんにく	適量
・パン粉	適量
・パセリ（乾燥）	適量

### 栄養課だより

1月の行事食は「お正月」

お雑煮のお餅は、のどに詰まらないように配慮された特別なお餅です。

卵の黄身に見えるものは、デザートプリンです。



### 節分

今年の節分は2月2日になります。節分が2月3日でなくなるのは昭和59年以来37年ぶりだそうです。（※昭和59年の節分は2月4日でした。）

「鬼は外、福は内」と言いながら豆まきをしますが地域によっては「鬼は内、福は内」と言うところも。日本昔話などでは、次のようなお話があります。

節分にまく豆を買えない老夫婦が着物を売り払って豆まきの豆を買う。「この年まで一生懸命働いても福の神様は来られなかった。いっそのこと「鬼は外、福は内」を反対に言ってみよう。」そこで二人は「鬼は内、福は外」と言いながら豆を撒き始める。すると、家々で追い出された鬼がやって来て、受け入れてくれた礼を言いおじいさんとおばあさんに財を残す。

それ以来「鬼は（も）内、福は内」と言うようになった地域もある、と言う「鬼が恩返しをする」内容のお話はいくつもあつたりします。他にも「鬼」に由来する地域でも「鬼は内」と掛け声を使います。



### 農園課だより

外は厳しい寒さですが、ハウス内は25℃前後を保っています。

病院の敷地に建てられたハウスは温泉の熱をもらい、その熱をファンでハウス内に循環させています。苗はパオパオ（不織布）で囲い保温と温風が直接当たらないように配慮しています。

今月は、ほうれん草、サンチュ、ミニチンゲン菜が収穫できるようになりました。スナップエンドウも実をつけています。ほうれん草は順次収穫時期が来ます。病院で使い切れない時は、職員に還元しています。

春の収穫に向けてキュウリ、トマトの作付けを始めます。



### スタッフ募集

川湯の森病院では、介護スタッフを募集（ハローワークにて情報公開）しています。介護に興味のある方、一度見学に来てみませんか？

