

感染症関連情報

新型コロナウイルスの感染予防

新型コロナウイルス感染予防のための手洗いや身の回りのものの消毒・除菌はどのようにしたらよいですか？

飛沫に含まれる新型コロナウイルスや、手や身の回りのものに付着した新型コロナウイルスが、人の口や鼻、眼などから入って感染します。したがって、感染を予防するためには、手洗いや身の回りのものに付着したウイルスの数を減らすことが有効です。

(1) 手洗い

まず、ウイルスは水で洗い流すことでかなり数を減らすことができます。新しい生活様式で、帰宅後の手洗いやシャワーをお勧めしているのはそのためです。石けんと流水による手洗いを行うことが最も重要です。手指に付着しているウイルス量は、流水による15秒の手洗いだけで1/100に、石けんで10秒もみ洗いし流水で15秒すすぐと1/10,000に減らすことができます。

手洗いがすぐに出来ない状況では、アルコール消毒液（濃度70%～95%のエタノール）（※）も有効です。一方で、次亜塩素酸ナトリウム（いわゆる塩素系漂白剤）は、危険ですので、手指には用いないでください。また、亜塩素酸水も、目に入ったり、皮膚についたりしないよう注意してください。

(2) 身の回りのものの消毒・除菌

熱水、次亜塩素酸ナトリウム（いわゆる塩素系漂白剤）、アルコール消毒液による消毒をおすすめします。これ以外で、家庭などで身近なものとしては、界面活性剤（いわゆる住宅用・台所用洗剤）でも、効果が期待できます。また、一定濃度以上の「次亜塩素酸水」が新型コロナウイルスの量を減少させることが確認されました。目に見える汚れをあらかじめ落とし、拭き掃除には、有効塩素濃度80ppm以上の次亜塩素酸水を使い、十分な量の次亜塩素酸水で濡らすことで、次亜塩素酸水の流水で掛け流す場合は、有効塩素濃度35ppm以上のもので20秒以上掛け流すことでウイルスの量が減らせるとされています。いずれの場合も、次亜塩素酸水が残らないよう、きれいな布やペーパーで拭き取ってください。

界面活性剤の具体的な名称やその濃度、次亜塩素酸水を使う際の注意事項などについては、下記にお示しする各種ホームページで確認してください。また、具体的な用途や使用上の注意については、製品に記載された情報を確認の上、正しくお使いください。

製剤製品によって、特徴や使用方法が異なるので、ウイルスの数を減らし、身の回りを清潔に保つため、うまく組み合わせて、活用しましょう。

情報元：厚生労働省

共生会通信

VOL.47



2022.6

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

テレビ取材

5月25日、HBC北海道放送のSDGs特集で川湯の森病院の取り組みが放送されました。放送内容につきましては、川湯の森病院ホームページの川湯の森チャンネルでご覧いただけます。

<https://kawayu.tomoni-ikirukai.jp/recruit/hqd9k900000000ae4.html>

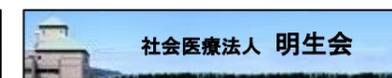
HBC北海道放送 SDGs特集



最終更新日：2022年05月26日

求人情報

スタッフの募集 | 川湯の森チャンネル（動画紹介） | スタッフからのメッセージ | 職員送迎のご案内 | 職員寮のご案内
保育園のご案内 | 福利厚生のご案内 | Q&A



おいしい健康食レシピ

ほうれん草のドラカレ丼

1. 鍋に豚ひき肉を入れて、おろしにんにく、おろししょうがを加え、弱火でゆっくり炒める。
2. 油が出てきたら、玉ねぎを加えてさらに炒める。
3. 玉ねぎがしんなりしてきたら、食べやすい大きさにカットしたほうれん草を鍋に入れて炒める。
4. Aの材料を鍋に入れて10分程煮たら、Bの材料を加えて仕上げる。
5. どんぶりにアツアツのご飯を盛り、上からかければ完成です。

こちらのメニューは、川湯の森病院と同グループの老人ホーム「森の家しらかば」で提供された食事です。
森の家しらかばホームページ
<https://shirakaba.tomoni-ikirukai.jp/>



※ 分量(1人分)

材料	
・豚ひき肉	30g
・ほうれん草	30g
・玉ねぎ	20g
・おろしにんにく	0.5g
・おろししょうが	0.5g
材料A	
・ホールトマト	40g
・ローリエ	1枚
・コンソメ	0.7g
・ケチャップ	8g
・塩	少々
材料B	
・レーズン	お好み
・カレールウ	3g
・カレー粉	0.2g

栄養課だより

5月の行事食は「端午の節句」でした。



衣替え

6月1日を目安に冬服から夏服へと替える風習です。なぜ一斉に衣替えをするようになったのでしょうか。

衣替えは、平安時代に中国から伝わった習わしです。宮中行事として、年に2回、衣を替えるようになりました。当初は「更衣(こうい)」といましたが、「更衣」という言葉が女官の役職名に用いられるようになったため、「衣更衣(衣替え)」と呼ばれるようになりました。

江戸時代になると着物の種類が増え、気候に合わせて年に4回の衣替えが武家社会で定められ、庶民にも広がっていきました。やがて明治時代に洋服が取り入れられると、役人や軍人などが制服を着るようになり、暦も新暦に変わったため、夏服と冬服を年に2回替えるようになりました。

衣替えには日本の感性が息づいており、衣替えを通じて衣服の季節感を養ったり、衣服の手入れ・管理・整理整頓のしかたを身につけたりしてきました。暮らしの行事は季節の巡りとともに繰り返されるので、子ども達にとっては、大変意義のある「行事育」でもあるのです。



農園園芸課だより

トマト、ほうれん草、スナップエンドウが収穫できます。



スタッフ募集中

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？

