

新型コロナウイルスの感染予防

令和5年3月13日以降のマスク着用の考え方について

令和5年3月13日以降、個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることになります。ただし、以下のような場合は注意しましょう。

<着用が効果的な場面>

○高齢者など重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、下記の場面では、マスクの着用を推奨します。

- ・ 医療機関を受診する時
- ・ 高齢者など重症化リスクの高い方が多く入院・生活する医療機関や高齢者施設などへ訪問する時
- ・ 通勤ラッシュ時など、混雑した電車やバスに乗車する時（当面の取扱）

そのほか、新型コロナウイルス感染症の流行期に重症化リスクの高い方が混雑した場所に行く時については、感染から自身を守るための対策としてマスクの着用が効果的です。

<症状がある場合など>

症状がある方、新型コロナウイルス感染症の検査で陽性となった方、同居する家族に陽性となった方がいる方は、周囲の方に感染を広げないために、外出を控えてください。通院などでやむを得ず外出する時には、人混みは避け、マスクの着用をお願いします。

<医療機関や高齢者施設などの対応>

○高齢者など重症化リスクの高い方が多く入院・生活する医療機関や高齢者施設などの従事者の方は、勤務中のマスクの着用を推奨しています。

※マスクの着用は個人の判断に委ねられるものではありませんが、事業者が感染対策上又は事業上の理由等により、利用者又は従業員にマスクの着用を求めることは許容されます。



情報元：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。



VOL.56



2023.3

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

日本農業新聞の取材

2月22日と3月8日に、日本農業新聞の記者が取材に来ました。

川湯の森病院で採れたコーヒー豆が、オリジナルコーヒー「BLACK EN DIAMOND SPECIAL ROAST」ドリップパックとして完成と、医食同源への取り組みの取材でした。




## おいしい健康食レシピ

### 鶏肉とレーズンの赤ワイン煮定食

1. 鶏もも肉に塩コショウをして30分間置く。
2. 薄力粉を付けてオリーブ油で焼き色がつくまで焼く。
3. 鍋で玉ねぎを炒め、鶏もも肉とAの材料を入れて煮る。
4. ジャガイモをスチームまたはレンジで柔らかくしておく。
5. 鍋に柔らかくしたジャガイモを入れて、軽く煮たら、器に盛り付け完成です。

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」で実際に提供された食事です。

<https://shirakaba.tomoni-ikirukai.jp/>



※ 分量（1人分）

材料	
・鶏もも肉	70g
・塩コショウ	少々
・薄力粉	3g
・オリーブ油	4g
・たまねぎ	30g
・ジャガイモ	50g
(A)	
・レーズン	5g
・赤ワイン	24g
・オレンジジュース	33g
・しょうゆ	6.5g
・ホールトマト	20g
・砂糖	1g

## 栄養課だより

2月の行事食は「節分」でした。



## 春分の日（3月21日）

日本における国民の祝日の一つが春分の日で、3月20日か3月21日が該当します。2023年は3月21日になります。

元々この春分とは二十四節気の一つで、お彼岸に通じる春季皇霊祭が斎行される日でした。いわゆる春分のためにお休みだったのではなく、春季皇霊祭のためのお休みだったのです。そこから名前を変えて今の春分の日となりましたが、この春季皇霊祭は天皇・皇后・皇親の霊を祭る儀式で宮中行事としても毎年行われています。

春分の日には、ぼた餅を食べます。ぼた餅に使われる小豆の赤い色には災難から身を守る効果があると言われており、邪気を払う進行と先祖供養が結びつき、江戸時代に始まった習慣と考えられています。

ところで、「ぼた餅」に似た食べ物で「おはぎ」があります。

地域によって違いはありますが、一般的には春分の日に食べるのは「ぼた餅」、秋分の日に食べるのは「おはぎ」です。

ぼた餅は牡丹の花のように大きな丸い形で作られ、おはぎは萩の花のように細長い俵型のような形状で作るのが一般的です。また、外側を覆うあんこもぼた餅はこしあん、おはぎは粒あんという違いがあります。秋に収穫したばかりの小豆は皮が柔らかく、そのまま皮も潰して食べられるため、秋のおはぎには粒あんが使われていました。しかし、ぼた餅を作る春には皮が固くなってしまっているため、皮を取り除いたこしあんが使われていたのです。

現在では、小豆の品種改良や保存技術が発達した結果、季節を問わず、粒あんが作れるようになりましたが、その名残で、現在もそのように作ることがあります。

## 農園園芸課だより

バナナの実がつかえました。あとどれくらいで食べることができるでしょうか。

小松菜、ほうれん草が収穫できます。トマトの苗も順調に成長しています。



## 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？

