

## 感染症関連情報

### 新型コロナワクチン接種後に起こる可能性のある症状（副反応）について

#### <起こりやすい副反応>

日本で現在、接種が進められている新型コロナワクチン（ファイザー社及び武田/モデルナ社のワクチン）は、非常に高い効果がありますが、接種後、体内で新型コロナウイルスに対する免疫ができる過程で、様々な症状が現れることがあります。

具体的には、注射した部分の痛み、発熱、倦怠感、頭痛、筋肉や関節の痛み、寒気、下痢等の症状です。こうした症状の大部分は、接種の翌日をピークに発現することが多いですが、数日以内に回復していきます。

また、1回目の接種後よりも2回目の接種後の方が、こうした副反応の発現する頻度が高くなる傾向も確認されています。それは、1回目の接種により、体内で新型コロナウイルスに対する免疫ができることによって、2回目の接種時には、1回目より強い免疫応答が起こり、発熱や倦怠感などの症状がより出やすくなるためです。

#### <症状が出た時の対応>

ワクチン接種後の発熱や痛みに対しては、医師が処方する薬以外にも、市販の解熱鎮痛薬（アセトアミノフェンや非ステロイド性抗炎症薬（イブプロフェンやロキソプロフェン等））で対応いただくことができます。また、発熱時には、水分を十分に摂取することをお勧めします。

また、ワクチン接種から数日～1週間くらい経過した後に、接種した腕のかゆみや痛み、腫れや熱感、赤みが出てくる場合があります。

数日で自然に治ると報告されていますが、発疹がかゆい場合は冷やしたり、市販の抗ヒスタミン剤やステロイドの外用薬（軟膏等）を塗ると、症状が軽くなります。こうした成分は、市販の虫刺され薬などにも含まれています。

#### <接種後の生活>

ワクチンは高い発症予防効果が確認されていますが、その効果は100%ではありません。また、ウイルスの変異による影響もありえます。ワクチンを接種した後も、マスクの着用など、感染予防対策の継続をお願いします。

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。

ともに生きるかい  
**共生会通信**

**VOL.39** 

2021.10  
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

### コーヒーゼリー

川湯の森病院の農園で採れたコーヒー豆がコーヒーゼリーになりました。

病院に隣接する老人ホーム「森の家しらかば」で9月18日に開催された「敬老の日行事食」に、川湯の森病院で収穫したコーヒーで作った「パンダコーヒーゼリー」が登場しました。北海道産初のコーヒーです。



 <p>川湯の森病院</p>	 <p>社会医療法人 明生会</p>	 <p>医療法人社団 勝医会</p>
 <p>医療法人 誠空会 狭山厚生病院</p>	 <p>医療法人 麻葉会 あけとクリニック</p>	 <p>一般財団法人 慈愛会</p>
 <p>住宅型有料老人ホーム 森の家しらかば</p>	 <p>社会福祉法人 てつなぎ</p>	 <p>SAITO MEDICAL GROUP</p>

## おいしい病院食レシピ

### チキンの玉ねぎソース煮

1. 合わせだれの材料を全て混ぜ合わせ、そこに鶏肉を入れて、10分程なじませる。
2. 鶏肉の水分をふき取り、片栗粉を鶏肉全体にふりかける。
3. 熱したフライパンに両面弱火で蓋をして焼く。
4. 玉ねぎをみじん切りにして、飴色になるまで炒める。
5. 鶏肉が焼けたら、余分な油をふき取り、残りのタレと玉ねぎを入れ、鶏肉を煮からめる。
6. 鶏肉を盛り付け、玉ねぎソースをかければ完成です。

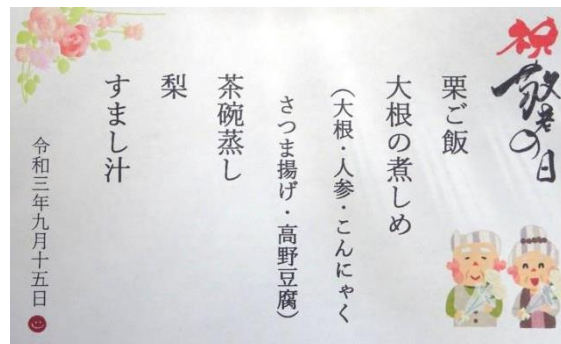
※ 次回より隣接する老人ホーム「森の家しらかば」で提供される食事を紹介します。



※ 分量 (2人分)	
・鶏もも肉	300g
・玉ねぎ	1個
・片栗粉	適量
合わせだれ	
・醤油	大さじ2
・酒	大さじ1
・みりん	大さじ1
・砂糖	大さじ1
・コショウ	少々

## 栄養課だより

9月の行事食は「敬老の日」でした。



敬老の日



## ハロウィン

10月といえば、ここ最近、日本でも認知度が上がってきたハロウィンがあります。もともとは宗教的な行事でしたが、日本では宗教的な意味合いはなく、季節のイベントとして多くの人を楽しんでいます。

ハロウィンの起源は、古代ケルト人の秋の収穫祭や悪魔払いの儀式で、アイルランドやスコットランドから始まったと言われています。

古代ケルト人は、11月1日を新年としていました。大みそかに当たる10月31日は、死者の魂が家族に会いに来ると考えられていて、その時に悪霊も一緒に来ると信じられていました。その悪霊を驚かせ、追い払うために仮面をかぶったり、魔よけの焚火をしたそうです。

その後ケルト人はキリスト教系の民族に侵略されてしまいますが、この風習だけが残り、キリスト教に取り入れられました。

キリスト教では11月1日を聖職者の日

(All Hallows' Day) といい、すべての聖人と殉教者を記念する祝日となっています。

そして、その前夜の10月31日は

「All Hallows' Even」と呼ばれ、それが「Halloween」「Hallowe'en」と略されたのが語源となっています。



## 農園課だより

ワイン用の山ブドウが昨年よりも沢山実をつけました。10月には収穫予定です。ほうれん草は日の光を浴びて成長中です。



## 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？

