

コロナウイルスのお話

連日のようにニュースになっている新型コロナウイルス。日本国内でもじわじわと感染者が増えています。感染を予防する方法は先々月号、先月号でお伝えした通りです。

今回は疑問点を掲載します。

「コロナウイルス」って？

発熱や上気道症状（かぜ症状）を引き起こすウイルスで、人に感染するものは6種類あることが分かっています。そのうちの2つは、中東呼吸器症候群（MERS）や重症急性呼吸器症候群（SARS）などの、重症化傾向のある疾患の原因ウイルスが含まれています。残り4種類のウイルスは、一般の風邪の原因の10～15%（流行期は35%）の占めます。

よく言われる濃厚接触とは？

必要な感染予防策なく手で触れること。または対面で会話することが可能な距離（目安として2メートル）で、接触した方などを濃厚接触者としています。

感染経路は？

現時点では、飛沫感染（ひまつかんせん）と接触感染の2つが考えられています。

- （1）飛沫感染 感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つば など）と一緒にウイルスが放出され、そのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。
- （2）接触感染 感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスが付きます。その物を触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って粘膜から感染します。

※ エアロゾル感染の報道について、「飛沫が空気中で混ざり合ってエアロゾルを形成し、これを吸引して感染する」というもので、空気感染ではなく、飛沫感染に相当すると考えられます。現在のところ、空気感染に特徴的な現象は確認されていません。

潜伏期間は？

世界保健機関（WHO）によれば、現時点の潜伏期間は1-12.5日（多くは5～6日）とされています。また、他のコロナウイルスの情報などから、感染者は14日間の健康状態の観察が推奨されています。

感染したかも？

風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続く場合、強いだるさや息苦しさがある場合には、まずはお電話で最寄りの保健所などに設置される「帰国者・接触者相談センター」にお問い合わせください。また、高齢の方、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（慢性閉塞性肺疾患など）の基礎疾患がある方やその他重篤な持病をお持ちの方で、症状が2日程度続く場合もお電話にて「帰国者・接触者相談センター」に相談してください。ご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、「帰国者・接触者外来」を設置している医療機関を紹介されます。

※ 厚生労働省発表情報より

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.20



2020.3

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/>

森の家しらかばミニコンサート

2020年2月4日（火曜日）、住宅型有料老人ホーム「森の家しらかば」の食堂でミニコンサートが開催されました。毎年この時期に弟子屈町川湯温泉で開かれる「てしかが極寒ARtフェスティバル」に集まったパフォーマー達が、

昨年の川湯の森病院訪問に引き続き、今年は森の家しらかばを訪問してパフォーマンスを披露しました。当初予定していた出演者がインフルエンザで急遽内容変更というハプニングがありましたが、尺八演奏やインドネシアの伝統芸能、最後はダイナミックな書道パフォーマンスが行われました。

尺八や琴による懐かしの歌謡曲や民謡の演奏に合わせて、皆さんで口ずさんでいました。

※ このイベントは「てしかがえこまち推進協議会」「弟子屈ロータリークラブ」のご協力により実現しました。



川湯の森病院

社会医療法人 明生会

清里クリニック

住宅型有料老人ホーム
森の家しらかば

社会福祉法人
てつなぎ

医療法人社団 勝医会

おいしい病院食レシピ

鶏団子と野菜のスープ

- 1、ボウルに鶏挽肉、おろし生姜を入れてよく混ぜる。
- 2、ブロッコリーを子房に切り分けます。
※ブロッコリーの細かいつぼみの部分にはゴミや汚れが入りやすいので、水を張ったボウルにしばらくつけてから、ふり洗いをしておくとよいでしょう。
- 3、鍋に水を入れ沸かし、コンソメ顆粒を加える。
- 4、合わせた鶏挽肉をスプーンで丸く形を整えて、鍋に入れます。
- 5、5分ほど煮たら、ブロッコリー、キャベツ、ミニトマトを加え、火が通るまで2～3分ほど煮ます。
- 6、器にきれいに盛る。



※ 材料 (10人分)

・鶏挽肉	600g
・おろし生姜 (チューブ)	25cc
・キャベツ	1kg
・ブロッコリー	250g
・ミニトマト	30個
・水	3L
・コンソメ顆粒	40g



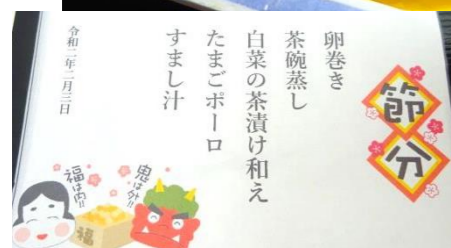
ワンポイント

冷凍の鶏団子を使う場合は、事前に蒸しておくとうまいでしょう。

栄養課だより

2月の行事食は「節分」にちなんで恵方巻が出ました。

高齢の患者さんが多く入院していますので、飲み込みの際に難がある海苔は薄焼き卵で代用し、すべての患者さんに食事を楽しんでもらえるように工夫しました。



講演会のご案内

日本温泉気候物理医学会の研修会が川湯の森病院で開催されます。当法人の齋藤浩記理事長が講演します。講演の最後には、実際に足湯に浸かっての講義もあります。一般の方々の参加も受け付けています。定員20名になり次第、受付を締め切ります。参加ご希望の方は、お早めにお申し込みください。

日時

令和2年4月18日(土曜日)

14:00 ~ 16:30

会場

川湯の森病院内トランスホール

参加費

無料(事前申し込みが必要)

※申し込み締め切り4月10日

日本温泉気候物理医学会

北海道地区 研修会

タイムスケジュール

13:30 受付

14:00~16:00 講演

◆大塚吉則 先生
「北海道のユニークな温泉とトドマツの健康効果」

◆齋藤浩記 先生
「北海道の観光資源と温泉気候物理医学」

16:00~16:30

足湯 de 健康 (体験型講義)
※タオルをご持参ください。

日時

4月18日(土)

14:00~16:30

会場

川湯の森病院
弟子屈町川湯温泉 4-8-30

定員

20名(先着)

参加費

無料

参加申込

医療法人共生会
川湯の森病院

TEL 015-483-3121

FAX 015-483-2763

Mail sizen@tomoni-ikirukai.jp

企画広報部: 遠藤・大村

講師



大塚吉則 先生



齋藤浩記 先生

農園課だより

北海道の2月は厳寒期ですが、温泉熱のおかげでハウスの中は30℃以上の汗ばむ暑さです。ミニトマトや葉物野菜が収穫できています。その他には時期をずらしながら育てたスナップエンドウの苗の植え付けが始まっています。パプリカやキャベツなども順調に生育中です。



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?

