

感染症関連情報

感染性胃腸炎

全国的に感染性胃腸炎が流行しています。改めて感染性胃腸炎について、ご紹介いたします。

感染性胃腸炎とは？

感染性胃腸炎は、ウイルスや細菌などが原因となって発症する胃腸炎の総称です。代表的なウイルスとして、ノロウイルス、ロタウイルスなど。代表的な細菌はO-157、腸炎ビブリオ、サルモネラなどがあります。

感染経路は？

ほとんどは口から腸内に入る経口感染です。よく耳にするのが牡蠣などの二枚貝を生もしくは加熱不足で食べた場合に起こります。

※ 牡蠣はウイルスを溜め込む内蔵ごと食べたり、生で食べることが多いため、内臓を取り除いて食べるホタテや、加熱して食べるアサリなどと比べて感染のリスクが高めになっています。

潜伏期間は？

それぞれのウイルスや菌によって違ってきます。

ノロウイルス	30～40 時間
ロタウイルス	2～3 日
O-157	4～8 日
腸炎ビブリオ	2 4 時間
サルモネラ	半日～2 日

症状の出ていない、潜伏期間の間でも感染させる可能性があります。しかも、症状が軽く、感染したことに気がつかない感染者もいますので、知らず知らずに感染を広めてしまう場合もあります。

予防法は？

基本的な予防法は「手洗い」です。

胃腸炎は、症状の出ていない潜伏期間でも感染する恐れがあるので日頃から手洗いは徹底して行うことが予防の第一歩です。

すでに感染してしまった場合は、ウイルスには次亜塩素酸ナトリウム、細菌にはアルコール消毒を使用して、感染者が触る場所をこまめに除菌しましょう。

その他にも普段からストレスを溜め込まずに、十分な栄養と休息をとり、免疫力を高める体づくりも大切です。

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.81



2025.4

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

ひな祭り

3月3日、森の家しらかばで、ひな祭りミニイベントが行われました。

昼食前に手作りの小道具を使って写真撮影、特別なケーキも提供されました。

7段飾りの雛人形も飾られました。



おいしい健康食レシピ

カボチャのプリンタルト

- ゼライスを水の中に入れて、ふやかしておく。
- ビスケットを砕いて、バターを加えて、よく練り込む。
- ビスケットをタルトの型に敷き、冷蔵庫で冷やしておく。
- カボチャをスチームして皮をむく。
- カボチャ、生クリーム、砂糖、ゼライスをミキサーにかける。
- ③の型に⑤を流し入れ冷蔵庫で冷やし固めたら完成です。

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.tomon-iikirukai.jp/>



栄養課だより

3月の行事食は「ひな祭り」でした。



ちらし寿司
赤魚のムニエル
桜タルタルソースがけ
菜の花と貝柱の和え物
ひな祭りデザート
すまし汁
令和七年三月三日



日本橋開通記念日（4月3日）

1911年（明治44年）4月3日に、それまでの木造の日本橋から現在の石造りの日本橋へと架け替えられ、その開通式が行われたことを記念して制定されました。

日本橋は、江戸時代の1603年（慶長8年）、徳川家康によって木造の橋が架けられたとされています。五街道（東海道、中山道、甲州街道、奥州街道、日光街道）の起点として交通の要衝となり、全国各地から人や物が集まる経済の中心地として発展しました。これまで何度も再建と改修が行われてきましたが、明治44年に現在の姿である2連アーチの石造りに建て替えられました。

1999年（平成11年）には、国の重要文化財に指定されています。



農園園芸課だより

ほうれん草、ミニトマトはどんどん収穫していきます



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？

