



ハニー薬局 News

令和2年11月号

営業時間

7:30~18:00 (月~金)

7:30~15:00 (土)

10月末になってからは秋晴れが続き、秋らしい季節になったなあと思っていたら、朝晩の気温がグンと下がりましたね。いよいよ紅葉の季節です。きれいな紅葉を見て心が癒されるといいですね。薬局の池（大）は今年孵（かえ）った金魚たちが赤く色付きました。メダカもたくさんいるのですが、色が目立たず探すのが大変です。池（小）は鯉が大きくなりました。優雅に泳ぐ姿を見ていると飽きませんね。暑さから解放されたので、池の水は澄んで綺麗です。これからも引き続き、コロナ対策に加え、インフルエンザ対策もしながら過ごしていきましょう。

★ノロウイルスの食中毒

冬場に多く発生するものは「ウイルス性食中毒」です。代表的なものがノロウイルスです。また、ノロウイルスによる食中毒はウイルス感染という特性から、発端は食中毒であったとしても感染する力が極めて強く、学校や病院等で発生した集団感染の大半は誰かがまずノロウイルスに感染し、ヒトからヒトへ感染して広がっていきます。感染者の便や嘔吐物中には大量のウイルスが存在するので、トイレでの排便時、汚物の処理時に“手”が汚染されます。その手を介して、水道の蛇口、洗い場などがノロウイルスに汚染され、さらにそこから他の人に汚染が広がります。このような感染を、「ヒト - ヒト感染」と言います。嘔吐などがあった場合は、すみやかに正しい処理を行なって、二次汚染をさせないことが重要です。

ノロウイルスの主な原因食品は牡蠣、アサリ、シジミなどの二枚貝ですが、ウイルス性食中毒の感染は食品からだけでなく、上記にも書いたとおり、ヒトや食器などからも経由して拡がります。少量でもウイルスが体内に入ると腸内で増殖して、吐き気やおう吐、下痢、腹痛などを引き起こします。幼児や高齢者、病気治療中の人は、症状が重くなる場合もあります。症状が出たら脱水症状を防ぐために十分な水分と栄養を補給しましょう。

また、医療機関を受診する際は、感染拡大を防ぐために事前に電話を入れ、医療機関の指示に従って受診するようにしましょう。

★ノロウイルス予防のために

- ①トイレに入った後や食事の前には必ず手を洗う。感染者の便や嘔吐物を処理した後は、念入りに手洗い、うがいをする。
- ②手を洗った後に使用するタオルは清潔なものを使う。また、感染者とのタオルの共用は避ける。
- ③感染者の便や嘔吐物を処理する際は、使い捨てできる大きめのエプロンと、使い捨てのマスク、ビニール手袋を着用して行なう。また、雑巾は使用後に消毒するか、ペーパータオルのように使い捨てができるものを使う。使用したバケツの消毒も忘れずに。
- ④便や嘔吐物で汚れた場合、拭いただけではウイルスが残ってしまう。塩素系などの消毒液で消毒を。また、換気も行ない、空気中のウイルスを外にだす。

STAFF紹介

坂本 妙子 (Sakamoto Taeko)



・事務（週2勤務）
・高校生2人、幼児1人の男3人の母として、毎日奮闘しています。
・趣味は、ウォーキングとショッピングです。
明るく、元気に、をモットーに、皆様に笑顔を届けられるように、頑張ってまいります。よろしくお願い致します。

寺坂 和子 (Terasaka Kazuko)



・事務
・中学生と小学生の2人の娘の母です。子供達と料理やお菓子作りをしたり、テニスやトレーニングを楽しんでいます。バスケ・テニス・ヨガでリフレッシュしています。スノーボードもダイビングもいつの日かまた…!
みなさんの健康のお役に立てますよう、笑顔で明るくがんばりたいです。



処方箋を写メして送れるハニー薬局のLINEのQRコードです。処方箋を写メして、LINEで送っていただけますと、待ち時間なく薬をお渡しできます。お薬・体調相談などにもぜひご利用ください。

★新型コロナウイルスへの感染を防ぐために普段からよく触るものは、定期的に消毒しましょう。



おもちゃ・生活用品・電話・スマートフォン、その他ドアノブなど頻繁に触れる物は、手指を顔にちかづけやすい場所などは、利き手を使わず、反対側の手でさわるようにしましょう。

ゆず大根 材料(約10人分)

大根	1/2本くらい
柚子	1個
砂糖	50g
塩	大さじ1
酢	40cc
鷹の爪	(お好みで)



作り方

- (1) 大根は皮をむいて拍子切りにし、柚子の皮を薄くむいて千切りにする。
- (2) ジップロックに調味料と柚子の実を絞って入れ、(1)をいれてから少しもみもみする。
- (3) 半日ほど置くと水分がでておいしく食べごろになります。タッパーで保存してください。