



# ハニー薬局 News

令和3年12月号

営業時間

7:30~18:00(月~金)

7:30~15:00(土)

今年も1年間お世話になりました。皆様のおかげで薬局も通常営業できましたこと感謝しております。

コロナ感染者はぐっと減り、茨城県内0人の日も多くみられるようになりました。このまま終息に向かって欲しいものです。しかし、また変異株が発生したようですので、今後も気を引き締めて生活していく必要があるようです。マスクをせず、笑顔が見られる日が訪れる事を願っています。

ハニー薬局の年内の営業は29日までとなっています。新年は4日火曜日から営業致します。体調に注意をしながら、良いお年をお迎えください。来年もよろしくお願い致します。

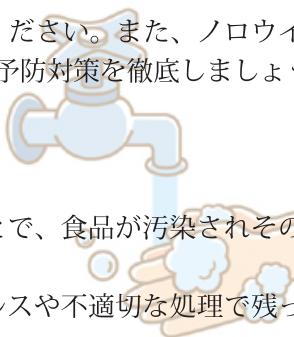
## ★冬季の流行注意！ノロウィルスによる感染性胃腸炎の予防について

ノロウイルスは手指や食品などを介して、経口で感染し、ヒトの腸管で増殖し、おう吐、下痢、腹痛、微熱などを起こします。ノロウイルスは、感染力が強く、大規模な食中毒など集団発生を起こしやすいため、注意が必要です。

特に子どもや高齢者は重篤化することがありますので特にご注意ください。また、ノロウイルスにはワクチンがなく、治療は輸液などの対症療法に限られるので、予防対策を徹底しましょう。

## ★ノロウイルスはどのような場合に感染するの？

- ①ノロウイルスに汚染された貝類を十分に加熱しないで食べた場合。
- ②ノロウイルスに感染した人が、十分に手を洗わずに調理することで、食品が汚染されその食品を食べた場合。
- ③ノロウイルスを含む糞便や嘔吐物を処理した後、手についたウイルスや不適切な処理で残ったウイルスが口から取り込まれた場合。



### ▶ノロウイルス発生防止のために

- ①食事の前やトイレの後などには、必ず手を洗いましょう。
- ②子どもやお年寄りなどの抵抗力の弱い方は、加熱が必要な食品は中心部までしっかりと加熱して食べましょう。また、調理器具等は使用後に洗浄、殺菌しましょう。

### ▶ノロウイルスまん延防止のために

- ①下痢やおう吐等の症状がある場合、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。
- ②感染性胃腸炎患者に接する方は、患者の糞便や吐ぶつを適切に処理し、感染を広げないようにしましょう。

ノロウイルス感染症対策するには、まず、ウイルスを口に入れないことが重要です。ウイルスを口に入れないためには「手洗いやうがい」を適切に行うこと、調理において「加熱を十分（85°Cで1分間以上）」に行うこと、そして、「調理場や調理器具でのウイルス除去」をしっかりと行いましょう。

## ★患者の吐いた物や便の処理に注意

患者の吐ぶつやふん便には大量のウイルスが存在し感染源となりうるので、その処理には十分注意する必要があります。患者の吐ぶつやふん便を処理するときには、使い捨てのマスクと手袋を着用し汚物中のウイルスが飛び散らないように、ふん便、吐ぶつをペーパータオル等で静かに拭き取ります。おむつ等はできる限り揺らさないように取り扱います。

ふん便や吐ぶつが付着した床等は、次亜塩素酸ナトリウム（塩素濃度約200ppm）で浸すように拭き取ります。拭き取りに使用したペーパータオル等は、次亜塩素酸ナトリウムを希釈したもの（塩素濃度約1000ppm）に5~10分間つけた後、処分します。

また、ノロウイルスは乾燥すると容易に空中に漂い、これが口に入って感染する事があるので、吐ぶつやふん便は乾燥させないことが感染防止に重要です。

防ぐためにできること▶▶▶

加熱

手洗い

消毒



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。

## 白菜とツナのゴマ和え



白菜とツナだけで簡単にもう1品出来ます。白菜の消費にも。

### ■材料

- ・白菜…200g
- ・ツナ缶…1個
- ・ごま油…大さじ1
- ・醤油…大さじ1
- ・砂糖…大さじ1
- ・ゴマ…大さじ2

### ■作り方

1. 白菜は食べやすい大きさに幅2cm程度にざく切りにする
2. フライパンにごま油を入れて火にかけ白菜を入れて炒める。全体にごま油がまわったら弱火で蓋をして蒸し焼きにする。少ししんなりしたらツナ缶、醤油、砂糖を加え、全体的に混ぜ合わせたらゴマを仕上げにふりかけて出来上がりです♪