

みどりの里山岸だより



今月の花

シクラメン



〈花言葉〉

赤いシクラメン「嫉妬」・ 白いシクラメン「清純」
ピンクのシクラメン「遠慮」「気後れ」「憧れ」「内気」「はにかみ」

花言葉の由来・・・「遠慮」「気後れ」「内気」「はにかみ」の花言葉は雨から花粉を守るために下向きに咲くシクラメンの花が、恥らっているように見えることに由来します。
また、赤いシクラメンの「嫉妬」の花言葉はそり返った花びらが炎のように見えることから燃え上がる嫉妬心を連想したものといわれます。

※インフルエンザの流行が心配です。罹らないように**ご注意**下さい。
(体調管理や手洗い、マスクの着用等を心掛けましょう。)



冬場に多く流行するノロウイルス、感染力が強いので注意しましょう。

ノロウイルスは感染性胃腸炎の原因ウイルスの一種です。ノロウイルスは人の口から体内に入って、腸の細胞内で増殖し細胞を破壊して**急性胃腸炎**を発症させます。嘔吐や下痢は一日数回、ひどい時は10回以上にも及びます。それ程高熱にはならず、症状も3～4日と比較的短期間で収まりますが、合併症により長引いたり抵抗力が落ちている人等重症かする場合もあるので**ご注意**下さい。

主症状・・・腹痛・吐き気・嘔吐・下痢 (もし感染を疑ったら、病院を受診しましょう。)

- 安静にしてゆっくり休みましょう。
- 部屋を暖かくして、湿度を保ちましょう。
- たっぷりの水分補給につとめましょう。
- 外出を控えましょう。



感染者のウイルスを含むしぶき、糞便や嘔吐物。また、それらが乾燥して空気中へ漂い出した場合でも感染します。潜伏期間は24時間～48時間です。石鹸での手洗い、食品への加熱に注意して住環境、特にトイレなどの汚染区域を衛生的に保ち日常の健康管理に気をつけましょう。

【おおつち防災ラジオのお問い合わせ先】
大槌町役場 総務部 危機管理室・・・42-8781

〈お願い〉

談話室前に設置してある灰皿には車や自宅でたまった多量のタバコの吸い殻を捨てるのはご遠慮下さるようお願いいたします。

知っ得コーナー

1. ちょっとしわがよってきたミニトマトは80℃くらいのお湯をいれた耐熱容器(小どんぶりでも)に10秒程入れると、しわがピーンとなくなります。
2. ササミの筋は滑らないようにキッチンペーパーで筋の端を押さえ、フォークを筋に入れ動かしながら身からはなす。



〈ストレッチ体操〉 11・17(木)



【お知らせ】 支援員の年末年始の休暇は12月29日～1月3日です。