

健康だより

冬は特にご注意ください！
ノロウイルスによる食中毒

担当 保健福祉課

ノロウイルスは、毎年冬に猛威を振るい、11〜4月頃に流行します。感染力が非常に強く、抵抗力が弱い子どもや高齢者は重症化することがあるので、特に注意が必要ですよ。

◆ノロウイルスの症状

感染から発症までの潜伏期間は、24〜48時間です。
主な症状は、胃の不快感、突然のおう吐、腹痛や下痢です。微熱を伴う場合もあり、軽い風邪と区別がつかないことがあります。通常は2〜3日で症状は回復しますが、症状が治まっても1週間〜1か月間程度、便にウイルスが排出されます。便やおう吐物には、大量のウイルスが存在し、

わずかなウイルスでも感染するため、周囲への二次感染を予防することが大切です。

◆感染経路は2つ

- ①食品からの感染
- ・ノロウイルスの蓄積した加熱不十分な二枚貝など
- ・感染者の手指などを介してウイルスに汚染された食品
- ②人からの感染
- ・感染者の便やおう吐物の付着
- ・空気中に舞い上がったウイルスを吸い込む
- ・ウイルスの付着した手指などで触れた、ドアノブや手すりなど身の回り品

◆予防対策

- ①食品の十分な加熱
- ・加熱用の二枚貝は、85〜90度以上で90秒以上加熱する。
- ②こまめな手洗い
- ・調理前後、特に二枚貝を触った後や食事の前、トイレの後は石けんで丁寧に手を洗う。
- ③調理器具を清潔に保つ
- ・魚介類などを扱う調理器具と生で食べる野菜の調理器具は分ける。

④二次感染の防止

おう吐物や便を処理する時は、室内の換気を行い、使い捨ての手袋を着用し、0.1%以上の次亜塩素酸ナトリウム消毒液（表参照）をペーパータオルなどに浸して拭き取る。また、症状が治まってもウイルスの排出は、しばらく続きます。日常的な清掃時には、0.02%の次亜塩素酸ナトリウム消毒液で拭き取り、その後水拭きをする。

次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方

希釈濃度	0.02%以上	0.1%以上
用途	日常的な清掃（ドアノブ・蛇口）、食器、器具など	トイレ、汚染物がついた場所・物・衣類など
希釈方法（500ml作る時）	原液2.5ml（ペットボトルのふた1杯分）を水で500mlに希釈	原液10ml（ペットボトルのふた4杯分）を水で500mlに希釈

（一般的な家庭用塩素系漂白剤：次亜塩素酸ナトリウム濃度6%の場合）

家庭でカンタン！ 省エネのススメ

「省エネ間違いかも？」編
省エネのつもりが、ホントはできていなかった？実は逆効果？なんてこともあるようです。

省エネ対策を実施する場合は、説明書を確認し、「ご自宅の器具・家電の機能に合った方法で行いましょう。」



◆水だけじゃないかも

キッチンで、ちよっと水だけ使いたいと手を伸ばしたシングルレバーの混合栓。実は、水だけが出るのはレバーを一番右端にしたときだけという

製品がほとんど。右端以外の位置だとお湯が一緒に出てきています。普段、給湯器をムダに作動させていることがあるかも？

◆マメに抜くのはダメかも

液晶テレビのコンセントをこまめに抜いてしまうと次回使用するときに番組表のデータを再取得するため、多くの電力を消費します。液晶テレビの待機電力は微量なので、長期間使用しないとき以外はそのままがいいかも？

◆自動運転が一番いいかも

エアコンを最も効率的に使う方法は、自動運転に設定してエアコンに全て任せてしまうこと。設定温度に近づけるときに電力を最も消費するので、風を弱くしての長時間運転は、かえって電力消費時間を伸ばしてしまうかも？

地域おこし協力隊 活動報告

No.46

ラストランまであと3カ月…

地域おこし協力隊2年目の深瀬美奈子です。今年度もあとひと月で終わりですね。任期2年目の今年度は、新十津川駅観光案内所、駅前イベント、キッチンカーの製作、たこ焼きのイベント出店、キッチンカーでの巡業と盛りだくさんに活動しました。



ラストよしださん（横店舗）でのたこ焼き居酒屋企画や町内でのキッチンカー出店（役場前、青葉区自治会館、吉野地区活性化センター、ラストよしだ前、三枝商店前）は多くの方に活動を知っていただき、とても楽しく活動することができました。

たこ焼き居酒屋では、物産館でも販売されている十津川のゆべしを使った珍味たこ焼きや塩レモンたこ焼きなど変わり種なたこ焼きも販売しています。どうぞ遊びに来てください。

ラストランまであと100日を切った札沼線新十津川駅では、2月1日に「エキアカリ」というイベントを行い、多くの方に来場していただきました。今後、ラストランに向けてますますにぎわうことが予想されます。どのような形で札

地域おこし協力隊 深瀬美奈子



たこ焼き屋なこたこ
出店情報
HP <http://nakotako.com>
FB/ Instagram nakotako75



沼線の最後に寄り添えるかを考えながら貴重な一日一日を過ごしていければと思います。

農 高通信

No.143

2年 岡崎のぼ

クリスマス販売会

12月12日（日）に、本校でクリスマス販売会が行われました。私は食物専門分会の一員として、初めてこの販売会に参加しました。

クリスマス販売会は、これまでの販売会と比べて来客数は少なかったです。栽培系では、水稲専門分会が

お米や豆、カボチャを、野菜専門分会が長ネギ、玉ねぎ、ニンニクやハウスの中で育てたカット水菜、カットカラスイ菜を、園芸専門分会はポインセチアと今年の新作ポタニカルフラワーのアクセサリーを販売しました。加工系では、加工専門分会がクッキーやパウンドケーキ、飲むヨーグルトを、食物専門分会がカボチャマフィン販売しました。



販売会の中で私が工夫した点は、分会員みながお客様と交流ができるように対応することです。

来年は、自分が先頭に立つて販売活動を行っていき、新十津川農業高校をもっと知ってもらえるよう、各専門分会で協力したいと思います。

2月8日～3月31日

イベントカレンダー

Shintotsukawa Event Calendar



2月	8日	第31回ハーフトennis大会 (9:00～スポーツセンター) 町議員と語るうかたるベサロン (10:00～改善センター) 「本から生まれた手作り作品展」(～2/27 図書館)
	9日	
	10日	
	11日	
	12日	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
	13日	おはなしころりんミニ (10:30～図書館)
	14日	
	15日	おはなしころりん「だるま」のおはなし (14:00～図書館)
	16日	第13回そっち岳スキー大会 (9:30～そっち岳スキー場)
	17日	
	18日	門間重道「木彫展」(～3/8 改善センター) MOA美術館児童作品移動展(～2/27 改善センター)
	19日	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
	20日	
	21日	
	22日	町民卓球教室 (10:00～スポーツセンター)
	23日	
	24日	
	25日	
	26日	介護保険相談 (13:00～ゆめりあ) 放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
	27日	おはなしころりんミニ (10:30～図書館) 子育て支援センター「ひなまつり」 (10:30～子育て支援センター)
	28日	
	29日	町民卓球教室 (10:00～スポーツセンター)

3月	1日	手作り講習会 (14:00、15:00～ 図書館) 新小2年生「おはなし美術館」作品展 (～3/18 図書館)
	2日	
	3日	
	4日	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
	5日	ふるさと学園大学修了式 (11:00～ゆめりあ) 献血 (10:00～JAピンネ本所前、12:00～JAピンネ花月支所前、14:30～役場前)

6日	
7日	鼓狸定期演奏会 (14:00～ゆめりあ) おはなしころりん「ほかほかあったか」のおはなし (14:00～図書館)
8日	
9日	子育て支援センター「進級お祝い」 (10:30～子育て支援センター)
10日	大津渡「書道展」(～3/29 改善センター) 2歳5～6カ月児健康相談 (9:15～ゆめりあ)
11日	7～8カ月児健康相談 (9:15～ゆめりあ) 3～4カ月児健康相談 (13:15～ゆめりあ) 放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
12日	おはなしころりんミニ (10:30～図書館) 1歳8～9カ月児健康相談 (12:15～ゆめりあ) 3歳1～2カ月児健康相談 (12:30～ゆめりあ)
13日	新中卒業式 (9:30～新中) 10～11カ月児健康相談 (9:15～ゆめりあ) 1歳2～3カ月児健康相談 (9:30～ゆめりあ)
14日	児童館「お楽しみ会」(13:30～児童館)
15日	第20回ピンネカラオケ部発表会 (13:00～ゆめりあ)
16日	
17日	
18日	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
19日	新小卒業式 (9:30～新小)
20日	
21日	おはなしころりん「おやつ」のおはなし(14:00～図書館) 札沼線の「汽機」写真展(～3/29 図書館)
22日	
23日	
24日	
25日	春休み上映会 (10:30～、13:30～図書館) 介護保険相談 (13:00～ゆめりあ)
26日	おはなしころりんミニ (10:30～図書館)
27日	
28日	春休み上映会 (10:30～、13:30～図書館)
29日	
30日	
31日	

図書館からのお知らせ

図書館 ☎76-3746 <http://lib.net-bibai.co.jp/shintotsukawa/>
蔵書検索と図書館よりはホームページからご覧いただけます。



○ギャラリー展示
「新小2年生「おはなし美術館」作品展」
新小2年生児童が授業で制作した読書感想絵画を展示します。題材となった絵本も展示します。題材と温まる作品の数々をどうぞご覧ください。
日曜 3月1日(日)～18日(日)

○手作り講習会
「サンキャッチャーをつくろう」
窓辺に飾って、一足早く春の日差しをお部屋に呼び込みませんか。
日曜 3月1日(日)
・一般の部 午後2時～2時50分
・親子児童の部 午後3時～4時

休館日カレンダー

2月	日	月	火	水	木	金	土
							15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
3月	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14

■灰色の日が休館日です。
図書整理日：2月28日(金)



対象親子児童の部は小学生以上または親子(小学校3年生以下は大人同伴)
[定員]各都20人(先着順)
[材料費]500円
[申込期間]2月12日(日)～27日(日)

おすすめ本・DVD

DVD

「こんな夜更けにバナナかよ 美しき実話」

児童

「みらいのうきよへ」

一般

「明智光秀の足跡をたどる旅」

「こんな夜更けにバナナかよ 美しき実話」
前田哲 / 監督、大泉洋 / 主演
難病・筋ジストロフィーを患いながらも、夢や欲に素直に生きた鹿野晴明さんと彼を支え共に生きたボランティアや家族を描く笑いと涙の感動実話。原作はノンフィクションライター渡辺一史氏。(120分)

「みらいのうきよへ」
松山 タミ / 著
「おいしくなあれ」は幸せをもたらず魔法のことば。九州で活躍する93歳の料理家タミ先生の半生と小学校の授業で話された、生徒との「おしゃべり」を紹介。おいしいおにぎりのつくり方も。

「明智光秀の足跡をたどる旅」
「明智光秀の足跡をたどる旅」製作委員会 / 著
大河ドラマ「麒麟がくる」で注目される戦国武将・明智光秀。謎の部分も多い幼少期を含め、岐阜・福井・京都・大阪ほかの光秀ゆかりの地を訪ね、その魅力を紹介します。

文芸倶楽部

「どんぶり俳句会」
(アカシヤ新津川支部)
一人居に役目あれこれ年詰まる
大玉 文字
季語は「年詰まる」です。年の暮、歳晚、年の果などさまざまな言い方があります。さて、この句独り暮らしの自分にも役とて務めなければならぬことが多々ある中、いよいよ年の終わりが迫ってきたという感慨の一句です。
新しき厩に予約早三三 境 チエ子
この句も元氣です。新しいカレンダーに早くも予定が三つ入りしましたという作者の新年をさりげなく詠いました。「新しき厩」が新年の季語。「初厩」「新厩」「厩開き」などの言い方があります。「厩」というのは冬の季語で年末の残り少なくなった厩を言います。厩ひとつでこんなにたくさん言葉があるんです。季語は面白いです！

ポットと生きてんじゃねーよ 雑煮食が
吉田つよし
俳句は、こんな作り方もできるんです。「雑煮」は新年の季語。上五中七は、あの「チコちゃん」の名ゼリです。それをそのまま借りて雑煮を食べる自分の姿に力をつけてくれました。類句はなさそう

な令和二年のユニークな一句です。