

2022年 2月
第175号

シーダ・ウォーカー

時事寸考

シーダ・ウォーク施設長・医師の吉田です。1月13日厚労省はオミクロン株の割合が84%になったと発表しました。米国では98%以上がオミクロン株となっています。これまでのデルタ株との相違をナショナルジオグラフィックの記事(2022.1.14)をもとにまとめてみました。

オミクロン株は重症化しにくい

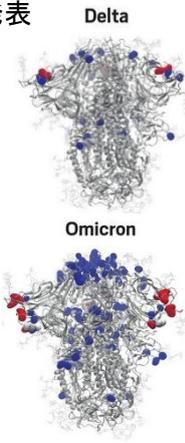
オミクロン株感染で救急外来を受診した人の入院率はデルタ株の3分の1(英国)、感染判明後3日以内に入院、人工呼吸器装着に至る割合は各々デルタ株の半分以下(米国)でした。オミクロン株では肺炎症状を示す患者は少なく、鼻水や咽喉痛など感冒様症状を訴える患者が多い。味覚障害は少ないようです。

感染のしやすさとワクチンの効果 オミクロン株はデルタ株の2~4倍うつりやすく(デンマークの家庭内感染)、ワクチン接種でできた抗体を逃れやすい(ブレイクスルー感染)。しかし現行ワクチンをブースター接種した人は未接種の人と比べてオミクロン株感染による入院率は88%低い。

感染しやすく重症化しにくい理由 従来株に比べてオミクロン株は肺細胞に感染しにくらしく、そのため体へのダメージが少なく症状も重くなりにくい。一方、上気道ではオミクロン株はデルタ株の100倍以上の速さで複製される。

ウイルス検査法について オミクロン株は口腔内に多く存在し、PCRでは唾液検査の方が正確(デルタ株では鼻腔ぬぐい液の方が正確だった)。鼻腔ぬぐい液を用いる迅速抗原検査はオミクロン株感染を初期に検出できない可能性がある。

感染対策 ソーシャルディスタンスやマスク着用の有効性は従来株と同様。



栄養科より今月の一押しメニュー



2月3日(木)「節分」の昼食には「のり巻き・いなり寿司、豚汁、ほうれん草とあさりのお浸し」をご用意します。あさりの旬は2月~4月。この時期は産卵前で身入りがよく、旨味がアップします。おやつは赤鬼の顔をイメージした「ねりきり」です。また、2

月14日(月)はバレンタインということでおやつに「ハートのプリン」をご用意しております。寒い日が続いておりますが、旬の食材や季節のイベント食などで気持ちを盛り上げて、心も体も元気にお過ごしください。

シーダ・ウォークは高齢者とご家族を支援する施設です。

- 入所 ①ロングステイ：1か月~
- ②ショートステイ：1週間程度
- 通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設 シーダ・ウォーク

杉並区桃井3-4-9(荻窪消防署隣) 03-5311-6262

シーダ・ウォーカー 法律相談

自転車でのながらスマホについて

手持ちぶさたになると無意識にスマートフォンに手が伸びてしまう方もいると思います。私がスマートフォンでとても便利に感じるのが地図アプリです。弁護士の仕事は裁判所と法律事務所の行き来のほかに、様々な場所に出張します。地図アプリがあると、初見の場所でも不安なく移動できるので大変便利です。事前に訪問先の地図を取り寄せてから出張をしていたころが懐かしく感じます。

さて、最近では、スマートフォンの地図アプリをカーナビの代わりにしながら、自転車を運転している人をよくみかけます。そこで自転車でのスマートフォンの利用の問題点について整理したいと思います。

まず、自転車も自動車と同じように、道路交通法の適用を受けます。そして、東京都では、東京都道路交通規則の8条により、自転車を運転するときは、①携帯電話を手で保持して通話すること、②画面を注視することを禁止しています。そのほか、③傘を差しながらの片手運転や、④物を持ちながらの片手運転も禁止されています。違反した場合には5万円の罰金がかかります。

そのため、スマートフォンを片手に持ちながら自転車を運転することは禁止されます。また、自転車にスマートフォン用のホルダーを取り付けた場合であっても、自転車をこぎながらスマートフォンを操作することは道路交通法に違反します。スマートフォン上に表示されている地図を見たり、スマートフォンの操作をするときには、自転車を止めなければなりません。

そして、自転車であっても、交通事故を起こした場合には、自動車事故の場合と同じように、事故の被害者に対して賠償をする義務を負います。また、大きな事故の場合には刑事罰を受けることもあります。最近では、自転車でのながらスマホでの交通事故によって、被害者に大怪我を負わせてしまったというニュースが散見されます。自転車に乗っている本人が注意することはもちろんのこと、未成年者が事故を起こした場合には、親権者の監督義務が問われることもあります。いちど、家族内で自転車の運転マナーに問題がないか、話し合ってみるのも宜しいと思います。

桜丘法律事務所 弁護士 小堀 惇

(電話) 03-3780-0991 (WEB) <http://www.sakuragaoka.gr.jp>

2022年1月25日発行 vol.175 発行責任者: 吉田晴彦

編集責任者: 飯田一輝 発行: 社会医療法人河北医療財団

介護老人保健施設シーダ・ウォーク

〒167-0034 東京都杉並区桃井3-4-9

TEL.03-5311-6262(代) FAX.03-5311-6180

<https://kawakita.or.jp/suginami-area/cedar/>





あけましておめでとうございます

デイケアのお正月



シーダ・ウォークの1階では通所リハビリテーションを実施しています。通所リハビリでは、体全体を動かすリハビリだけでなく、手先を使う作業療法も行っています。作業療法の一つとして、ご利用者の皆さんと協力して季節に合わせた制作物も作成しています。年末年始にはしめ飾りや福笑い、絵馬などを作りました。活動の様子をご覧ください。

しめ縄づくり

年末にはお正月飾りのしめ縄作りに挑戦しました。しめ縄を締め上げるところから、飾りの花や、「迎春」の文字まですべてご利用者の皆さんと力を合わせて作成しました。すばらしいでき栄えをご覧ください！

稲わらを締め上げる作業は想像以上の力仕事！ 男性陣が大活躍です。



「迎春」の文字も、椿の花も、ご利用者の皆さんの手作りです。お店で販売できそうな仕上がりです。

大笑い福笑い



年明けは年末と一緒に作った福笑いを楽しみました。
あれれ？ ずいぶんと個性的な顔ができてあがりましたね。

今年の願い事は絵馬に書いて飾りました。

今年が皆様にとってよい1年でありますように。



運動企画

階段昇降で富士登山

シーダ・ウォークの、1段15センチの階段を皆で登って、3776mの富士山山頂を目指します！
山頂まで何か月かかるか、乞うご期待！



今後ご利用者の皆さまが楽しく参加できるプログラムを企画していきますので、お楽しみに！！