

# 彦根中央 リハビリぽすと

令和 2 年 9 月 号

〒522-0054 彦根市西今町 369-1

Tel 0749-22-7005 Fax 21-3981

<http://www.hikone-rehacl.com/>

## 受付から

### 秋の大型連休『シルバーウィーク』

シルバーウィークをご存じでしょうか？9月の秋分の日が敬老の日と二日違いの場合に、間の日が休日になることによって発生する5連休の大型連休の場合に「シルバーウィーク」と称されるようです。2020年は4連休の為、残念ながらシルバーウィークはないということになりますね。秋分の日が、昼と夜の長さがほぼ同じ日になる日の為、明確に9月〇日と決まっていなくてとても珍しい出来事だそうです。

ちなみに、このシルバーウィークという名前、実は1950年代にゴールデンウィークと共に一度名付けられた事があるそうです。文化の日を中心とした期間の事を指し、広めようとされたそうですが定着せずに消えていったようです。それから50年以上が経った2000年代になり制度の改正などによって誕生した大型連休を改めてシルバーウィークと呼ぶようになったそうです。

## 健康コラム

!!! 食中毒注意報発令中 !!!

つけない



増やさない



やっつける



滋賀県では、8月に3回の食中毒注意報が発令されました。食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内に侵入して増殖することにより発生します。高温多湿という細菌の増殖が活発な季節ですので「食中毒を防ぐ注意点」をご紹介します。

食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」という3つのことが原則となります。

「つけない」・・・手には様々な雑菌が付着しています。食中毒の原因菌を食べ物につけないように手を洗う。

「増やさない」・・・食べ物に付着した菌を増やさないために、低温で保存する。

「やっつける」・・・ほとんどの菌は加熱によって死滅しますので、中心までよく加熱する。

### 診察医のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	吉田	新庄	吉田	×	吉田	新庄
午後	吉田	新庄	×	×	吉田	新庄

午前診察 9:00～12:00 休診日：木曜・日曜・祭日

午後診察 4:30～ 6:30

### ご連絡

9月より、火曜日の診察医は全て **新庄先生** になります。

