

2022年 愛コフ

ご利用者の皆様へ

1月のおたより

ホームページアドレス [www.i-coop-npo.org](http://www.i-coop-npo.org)

をご覧ください！

また、どんなご意見でもお寄せくだされば大歓迎です。

担当のヘルパーに託して下さい。

あけましておめでとうございます。今年の干支は寅です。寅は慣用句で「一日にして千里を歩き、千里を帰る」といわれるほどの強靱な生命力を持っており、厄災を払い、家運隆盛を導くといわれています。新型コロナが早く収束し、平穏な日常が早く戻ることを願います。今年は、昨年に比べると新型コロナウイルスもそこそそ落ちついた穏やかな年始となり、初詣や帰省などで多くの方が外出し賑わいを取り戻しました。が、一方新型コロナウイルスのオミクロン株も市中に蔓延してきました。オミクロン株は、世界中で猛威を振るい年始に1日当たりの新規感染者数が、イギリス21万、フランス27万、イタリア17万、アメリカでは100万人と最多を更新しています。日本でもいよいよ第6波がきたようです。

このような状況のなかで、WHO（世界保健機関）の責任者は新型コロナウイルスの変異ウイルス、オミクロン株の症状について、鼻やのど、いわゆる上気道の炎症を引き起こしやすいものの、ほかの変異ウイルスと比べて肺まで達して重症化するリスクは低いという見解を示しましたが、オミクロン株は感染力が強く、2度のワクチン接種を終えた人も感染していること、また重症化リスクが低くても、感染者数が増加すれば、一定の割合で重症者が増え、病床がひっ迫することが懸念されています。

横浜市では、昨年の12月20日に、令和3年5月までに2回目ワクチン接種を終えた方に3回目のワクチン接種券が発送されました。ワクチン接種は、感染予防効果や、高齢者においては重症化予防効果についても、時間の経過に伴い、徐々に低下していくことが示唆されてるため、感染拡大防止及び重症化予防の観点から、2回目の接種を完了したすべての方に対して、3回目の追加接種の機会を提供するとのことです。

また感染しても重症化を防ぐ治療薬もでてきました。また国内の製薬会社の開発したワクチン、治療薬もそう遅くない時期に承認されそうです。このような状況を踏まえ、昨年の第5波とは異なった展開になりそうですが、感染しないに越したことはありません。引き続き不要な外出は控え感染対策をしっかりと取っていきたいと考えています。寒さもひとしお身にしみるところですが、インフルエンザや風邪もかからないように留意して過ごしましょう。

## 1月の簡単レシピ

～レンジでつくる

栗きんとん レモン風味～



### ～材料(2人分)～

- ・さつまいも 1本(200g)
- ・栗(甘露煮) 6個
- ・レモン 1/2個
- (A)
- ・うすくち醤油 小さじ1
- ・本みりん 大さじ3
- ・はちみつ 大さじ2



### ～つくり方～

- (1) さつまいもは洗ってラップに包み、電子レンジ(500W)で4分、返して1分加熱し、皮をむいてつぶす。栗の甘露煮は半分に切る。
- (2) レモンは1枚薄切りにして、皮をむいて1cm角に切る。残りの果汁は絞る。
- (3) (A)に(2)の果肉と果汁を加え混ぜる。
- (4) (1)と(3)を合わせて混ぜる。