

真司's voice

三宝山に建設中だった井上ワイナリーの醸造所が完成し、2月25日(木)に竣工式が行われました。

すでに「山北」と「手結」に圃場が整備され、香南市産のブドウが収穫されているのはご存じでしょうか。三宝山の醸造所で出来上がった地元ワインが飲めるように、市内の飲食店にも働きかけて、ワインに合う食べ物を市や生産者が考えて販売したりなど、海山川にめぐまれた香南市の地場産品とワインとのコラボの可能性が高く期待されます。市としてもこれまで「食」が生む観光に力を入れていましたが、あらたにワイ



ンが加わり、「ワイン」「食」「観光」の新しい関係性ができました。

来年の2022年5月にはグランドオープン予定であり、ワイン作りが見学できるほか、ショップも併設される予定と伺っております。醸造所に隣接して、県立のいち動物公園や創造広場アクトランドなど、特徴のある観光施設も集まっており、醸造拠点が情報発信のコアとなって、この関係性を生かした観光振興、自然体験型観光の振興など魅力あるものを計画できたらと考えています。



読書で一息

おすすめの1冊をご紹介します！

囚われの山  
伊東潤 著



小学生の時、映画で見たのが印象的だった「八甲田山」。代表的な本は新田次郎の「八甲田山 死の彷徨」ですが、これは史実にフィクションを加えた長編ミステリー本です。

簡単そぼろごはん

〈1人分の栄養価〉エネルギー 305kcal  
たんぱく質:12.4g 脂質:5.2g  
カルシウム:14mg 塩分:0.9g

▶香南市健康対策課のYouTubeチャンネルで作り方の動画が見れます。

材料 (5人分)

- ごはん ..... 2合
- 鶏ひき肉 ..... 200g
- 玉ねぎ ..... 1/2個
- 人参 ..... 60g
- しいたけ ..... 2枚
- 砂糖 ..... 大さじ1
- しょうゆ ..... 大さじ1と1/2
- みりん ..... 大さじ1

作り方 (5人分)

- ①. Aの調味料を合わせておく。玉ねぎ、人参、しいたけをみじん切りにする。
- ②. フライパンに鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、Aを入れ全体を混ぜ、加熱する。フツフツしてきたら、フタをして中火で煮る。
- ③. 人参が柔らかくなったら、フタを取って汁気を飛ばす。
- ④. 炊きあがったご飯に③を混ぜる。

ワンポイント

そぼろはたくさん作って冷凍することもできます。卵焼きに混ぜたり、炒り豆腐の具にしたりとアレンジできます。炒り卵を混ぜると彩りがきれいになります。

新型コロナウイルスワクチンの予防接種が始まります。

新型コロナワクチン Q&A

ワクチンの特徴は?

- 「RNAワクチン」と呼ばれる種類で、接種すると体内に新型コロナウイルスのたんぱく質の一部が作られ、それに対する抗体などができて免疫(抵抗力)を獲得する仕組みです。
- 1回目の接種後、3週間の間隔で2回目の接種を受けます。

接種は誰が対象?

- 16歳以上の方が対象です。
- ①医療従事者 ②高齢者 ③基礎疾患のある方などの順に開始されます。
- 接種自己負担額は無料です。

安全なの? 副反応は?

- 起こるかもしれない体の症状... 注射部位の痛み・腫れ、下痢、頭痛、疲労・寒気・発熱
- 起こるかもしれない重い症状... アナフィラキシー・ショック

アナフィラキシーショックとは、ワクチン接種後から4分~30分以内に起こる重いアレルギー症状です。米疾病対策センター(CDC)によると、アナフィラキシーショックは接種約20万回に1回見られたとされています。すぐに治療を受ければ回復可能です。\*接種後は15分以上(過去にアナフィラキシー等の症状を起こした方は30分以上)会場でお待ちいただき、体調の観察をしてください

ワクチンを受けるのに注意が必要なのはどのような人ですか?



- 過去に免疫不全の診断を受けた人、近親者に先天性免疫不全症の方がいる方
  - 心臓、腎臓、肝臓、血液疾患や発育障害などの基礎疾患のある方
  - 過去に予防接種を受けて、接種後2日以内に発熱や全身性の発疹などのアレルギーが疑われる症状がでた方
  - 過去にけいれんを起こしたことがある方
  - ワクチンの成分に対して、アレルギーが起こるおそれがある方
- \*妊娠中・授乳中の方は、安全性に関するデータが限られていることから、接種のメリットとデメリットをよく検討して接種を判断してください。必ず接種前の診察時に医師へ伝えてください

一般に、下記の方はワクチンを受ける際に注意が必要です。ご自身が当てはまると思われる方は、ワクチンを受けても良いか、かかりつけ医にご相談ください。

こんな元気



問い合わせ  
健康対策課  
☎50-3011

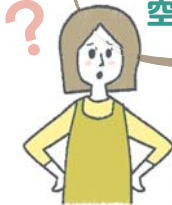
ワクチンの効果は?

- ファイザー社の臨床試験(治験)では、95%の予防効果が確認されました。接種した人に比べて発症する割合が20分の1になるということです。
- ワクチン接種で十分な免疫ができるのは、2回目接種を受けてから7日後程度です。
- ワクチン接種後も感染予防(マスク着用、密接の回避等)は必要です。



■症例/注射部位の痛みが最も頻度が高く(67.7~74.8%)、その多くは当日に現れ、2日くらい続きます。その他の症状の多くは接種翌日に現れ、持続期間は約1日です。これらの症状は、比較的2回目の接種時に高い頻度で認められました。

ワクチン接種の1回目と2回目の間隔が3週間以上空いてしまった場合は?



できる限り速やかに2回目の接種を受けてください。

4月から、65歳以上の方へのワクチン接種予約が始まります。  
\*ご予約は専用の電話番号のみで受け付けます

◆ご予約以外のお問い合わせ◆  
健康対策課 ☎0887-50-3011