



井上病院 伝言板

第261号 2019年8月



まだまだ残暑が厳しいですが、いかがお過ごしでしょうか。もうすぐお盆の時期がやってきます。そもそもお盆とは何の為にあるのでしょうか？

井上病院 理念

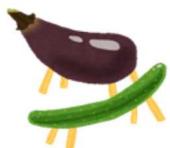
医療を通じ 地域の方へ安心を提供すること

絶え間ない質の改善を行うこと

自分や自分の家族が受けたい医療を行うこと

働きがいのある明るい職場をつくること

お盆(盂蘭盆会)・・・



名前の由来は諸説ありますが、一説にはサンスクリット語の”逆さ吊り”を意味する「ウラバンナ」から来ているという説もあります。夏季に行われる日本の祖先の霊を祀る一連の行事のことで、日本古来の祖霊信仰と仏教が融合した行事です。全国的にも有名な「精霊流し」は長崎県内各地と熊本県熊本市・御船町、佐賀県佐賀市のみで行われているそうです。

なんと、今年のお盆休みは旧盆の地域では(最大)9連休になりそうです。しかし、おなじ日本国内でもお盆の時期は異なります。長崎は旧盆が一般的ですが、当時は農業に従事している人が80%おり、新暦は農業が多忙な時期だったため、旧暦を適用しているところが多いのだそうです。

9連休



南関東(一部), 西日本, 北関東(以北) 8月13日~8月15日

東京都(一部), 南関東, 函館 7月13日~7月15日

岐阜県中津川市加子母村 8月1日~8月3日

沖縄県(一部) 8月20日前後

東京都多摩地区(一部) 7月31日~8月2日

お盆の迎え方は宗旨・宗派や地域により様々な違いがありますが、キリスト教にも『お盆』はあるのでしょうか？日本の仏教では、お盆は故人の霊を迎え、供養する期間とされていますが、キリスト教にはそもそも「供養」という概念がありません。仏教では、お盆に故人の霊が帰ってくると考えられていますが、キリスト教では「亡くなる」ということは、「神のもとに帰る」という捉え方をするため、何も悲しむことはない、と考えられているからです。日本のお盆は8月(地域によっては7月)の13~16日が一般的ですが、キリスト教のカトリックでは、8月15日は聖母マリアが天に召された日「聖母被昇天祭」とされ、ミサが執り行われます。

参考ページ：二見ヶ浦公園聖地ホームページ

～ 夏本番!家庭でできる食中毒対策～

梅雨も明け、いよいよ夏本番となりました。気温が上がり、湿度が高くなる夏場に気を付けたいのが食中毒です。食中毒には細菌性とウイルス性の2つがありますが、夏の食中毒の原因となるのは主に細菌性の食中毒です。細菌は温度や湿度等の条件が揃うと、食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べる事で食中毒を引き起こします。

◆食中毒予防の3原則◆

①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調理前によく手を洗いましょう。また、生肉や生魚などを切ったまま板などの器具から、生食野菜などへ菌が付着しないように、非加熱食材から先に取り扱うことも大切になります。

②増やさない

細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、細菌は10℃以下、60℃以上で増殖しにくくなります。食べ物に付着した菌を増やさないためには、冷蔵庫を利用して低温で保存することが重要です。

③やっつける

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。特に肉料理は中心部を75℃で1分以上加熱することで、食中毒を防ぎやすくなります。

◆冷蔵庫に入れても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず、早めに食べるのが大事です◆

政府広報オンラインより一部抜粋

ゴーヤとツナの和え物

<2人分：389Kcal タンパク質17.4g 脂質30.1g 塩分3.5g >



材料(2人分)	分量
ゴーヤ	1/2本(100g)
食塩	小匙1/2 (2g)
砂糖	小匙2 (6g)
白湯	1000ml
冷水	500ml
ツナ	70g
ごま油・ポン酢	大匙1(約15ml)
鰹節・いりごま	適量



<作り方>

- ① ゴーヤを縦に半分に切り、スプーンでわたを取り除き、2~3mm幅に切ります。
- ② ボウルに①を入れ、塩と砂糖を加えて揉み込み、水気を絞ります。
- ③ 沸騰したお湯に②を入れ、10秒程度さっと茹で、冷水にとります。
- ④ ③にツナとごま油、ポン酢を混ぜ合わせ、鰹節といりごまを器に盛って完成。

「Kurashiru」より引用