

さくら並木

～社会不安解消の期待を込めて～

新型コロナウイルスのワクチン接種がいよいよ始まります

大河原町長 齋 清志

新型コロナウイルスの変異型の感染者が4月に入ってから急増し、大阪・兵庫・宮城に続いて東京・京都・沖縄、さらに続いて埼玉・千葉・神奈川・愛知にも『まん延防止等重点措置』が適用されました。専門家からは『第4波』の到来を指摘する声も広がり、病床逼迫が深刻化の一途を辿っています。また、『第3波』と比較すると感染者の増加速度が速く重症化し易いのは、変異型の影響との判断もなされています。広報5月号はゴールデンウィークに入ってから配布となりますが、届く頃までに状況がさらに悪化する懸念を抱きながらこの原稿を書いているところです。

さて、本町でも既にワクチン接種(無料)に必要な高齢者(昭和32年4月1日以前に生まれた方)向けの『クーポン券(接種券)』が送付され、個別接種は5月10日から、集団接種は5月23日から順次接種が始まります。一部、高齢者施設等の入所者や介護従事者に先行して接種することも決定されました。本町は他が羨むほどの医療環境に恵まれているとよく言われますが、大河原町医師団会の先生方のご理解とご協力には頭の下がる思いであり感謝に絶えない次第です。

それでは、ワクチン接種までの手

順の概略について説明させていただきます。クーポン券が届いたら先ず接種場所を選ぶことから始めます。かかりつけ医による個別接種の場合は、町内8つの医療機関に受診時や電話での予約が必要です。(接種や予約できる日は医療機関により異なります)次に集団接種の場合は、大河原町総合体育館(はねっこアリーナ)及び金ヶ瀬公民館(7月中旬～9月上旬)で行いますが、接種時間は土曜日は午後2時から5時まで、日曜日は午前9時から正午までと午後2時から5時までとなります。やはり事前に予約専用の『ワクチン接種予約ダイヤル』での予約が必要です。ワクチン接種は2回受ける必要がありますので、2回目の予約は1回目の接種後に行うことになります。

いよいよ待望のワクチン接種が始まりますが、ワクチンの供給等は、いまだ不透明な現状でもありますので、希望する方全員への接種完了時期は見通せないところです。しかし、町民の皆様は肌で強く感じております。誰も経験したことのないこの社会不安解消のため、何としても流行収束の切り札であるワクチン接種を成功させなければならぬ責任を改めて自覚した次第です。接種の副反応への不安や懸念をお持ちの方々についても、国・県の相談窓口が開設されておりますので、確かな

な情報で冷静な判断を期待したいと考えています。

この大規模なワクチン接種は行政にとつても未経験であり、町民の皆様が不安を抱かないよう情報を丁寧に周知することが最重要と認識するところです。残念ながら当面のワクチン供給量は少なく、接種される人が一部に限られることで、不満や困惑も想定されます。先ずは本格実施に向けて混乱なくスタートを切り、軌道に乗せることに努めたいと思います。接種を受けるかどうかは最終的に本人の意思となりますが、町民の皆様にはコロナ禍の教訓を活かし、コロナの時代を共に生き抜くためにも、この取り組みへのご理解とご協力を切にお願い申し上げます。

(4月19日記)



ワクチン接種クーポン券(見本)



町内在住の樹木医

尾形政幸先生の花は桜木

第2回 桜の香りを楽しむ

今回はリラックス効果もあるフローラルな香りをご紹介します。春の和菓子といえば桜餅、桜の葉は普段は匂いませんが、塩漬けすることにより簡単に取り出せるのです。

目で楽しみたい方には、さくら湯でお馴染みの花の塩漬けがお勧めです。色が濃く量の採れるものとして八重桜がよく選ばれ、品種は遅咲きの「関山」あたりでしょうか。また、「普賢象」も使えます。「関山」は運転免許センターの土手のところに植えられています。作り方は35%食塩とクエン酸・5%の漬け汁をつくり、花を入れ、重石をして一週間置くだけです。料理用はもちろん、おしゃれな芳香剤としても使えます。絞って塩を絡めながら袋に小分けして（写真）、冷凍しておけば香りは逃げません。アルカリ塩は向きません。

次に、料理で楽しみたい方には「大島桜」の葉が向いています。甲子公園に2本あります。業者は桑のように仕立て、収穫は今頃から5月下旬までで、若葉が良く、時期



花の塩漬け

1日目：塩水と重石 7日目：絞り塩まぶし

シロヤマザクラ 保科桜つつみトイレ看板から下流へ！本目

が遅いと苦みや繊維分が増してしまいます。20%で漬ければ半年後には利用可能で、こちらは花よりも香りが強い分、用途も広がりです。桜餅をはじめ蒸しパンなど料理の香りづけに向くほか、桜葉生産地の静岡県松崎町ではカステラに使用されています。大量に摂取すると肝臓障害が起きるため、食品添加物としてしか許可されていません。6月に種子を拾ってすぐ蒔いて、翌年無事に発芽すれば自宅で楽しめますね。江戸時代の桜餅はヤマザクラ、別名シロヤマザクラ（写真）が使われていました。千本桜に混じって見ることができ、こちらでも種子繁殖が可能です。



かんたん！健康クッキング

令和3年度大河原町食育スローガン「家族で野菜のおかずをひと皿増やし」

豆もやしご飯

材料 (4人分)			
・豆もやし	1袋(200g)	・昆布	5cm 枚
・人参	小1本(120g)	・炒りごま	大さじ1
・豚ひき肉	100g	・刻みのり	適量
・米	2合	・コチュジャン	適量
・塩	小さじ1/2		
A (しょうゆ 小さじ1)			
・酒 小さじ1			
・ごま油 小さじ1			

作り方

- ①豆もやしはひげ根を取る。人参は4cm長さの細切りにする。豚ひき肉はAをもみ込む。
- ②米を研いで炊飯器に入れ、2合の目盛りよりもやや少なめに水を注ぐ。塩を混ぜ、昆布、ひき肉、豆もやし、人参の順にのせて、炊く。
- ③炊きあがったら昆布を取り出し、炒りごまを入れて、さっくりと混ぜる、器に盛り、お好みで刻みのりとコチュジャンをのせる。



【ひとり分栄養価】 写真は1人分
エネルギー 379kcal
塩分 1.3g

～調理担当ヘルスマイトから一言～



とうもろこしのような甘い香りがするご飯です。調理のポイントは、エグミの元になるひげ根をとることと、豆もやしから水分が出るため水加減を少なめに炊飯することです。コチュジャンを添えて韓国風でお試ください。
鈴木 里美さん(上谷1区)

