



おにぎり通信

2021年1月30日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷・市ヶ谷周辺や銀座・日比谷公園、東京駅周辺などで生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

一年で一番寒い日が「大寒」です。二十四節気のなかで一番寒い日・寒い期間で、およそ1月20日から2月3日までを指します(1月20日のみを示す場合もあります)。雑菌が少なく、繁殖もしづらいため、お酒や味噌・醤油などの仕込み用の水を汲みだすのもこの時期です。大寒に行う寒稽古には、邪気を払い無病息災を願う思いも込められています。しかし、今年は寒中水泳大会などの中止が相次いでいます。

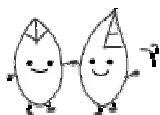


福祉行動は引き続きお休みします。ただし福祉事務所へ行くことを希望される方は、おにぎりを持参してうかがった際に、お声がけください。お声がけいただいた場合のみ、翌々日の月曜日に、福祉事務所まで同行いたします。

最寄の福祉事務所

中央区福祉事務所・中央区築地 1-1-1 中央区役所 4階

千代田区福祉事務所・千代田区九段南 1-2-1 千代田区役所 3階



おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せずに、ゴミ箱に入れるなどして片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりはかならずその日のうちにお召し上がり下さい。一人でも多くの方に召し上がっていただくため、おにぎりは一人一個でお願いいたします。

新型しんがたコロナウイルスが流行はってから、予防よぼうに効果こうかのある飲み物のはないかと探さがしてみました。

すると、昨年さくねん11月に奈良県立医科大学の矢野寿一教授が（微生物感びせいぶつかん染症学せんしょうがく）が、お茶ちゃに新型コロナウイルスを不活化ふかつか（無害化むがい）する効果こうかがあると発表はっぴょうしていました。教授が実験じっけんしたのは、市販しはんされているペットボトル入りの緑茶2種類りよくちゃ しゅるい ちゃば い、茶葉から淹れた紅茶と大和茶（奈良県大和高原こうげん ちゅうしんを中心とする地域で生産される日本茶のひとつ）の計4種類のお茶ちや類。実験では、お茶にウイルスが入った液体を混ぜて、作用を調べました。その結果、30分後に紅茶は99・99パーセント、大和茶は99・9パーセントまでウイルスが減少げんしょう。ペットボトルでは緑茶1種類りよくちゃ しゅるいも99パーセントまで減りました。

今回の実験では、ボトル入りのお茶や茶葉などから無作為に選んでおり、矢野教授は「感染力を失わせる能力が高いお茶とそうではないお茶があった」と説明し、不活化する仕組みは不明だが、お茶に含まれるカテキンが関係する可能性を指摘しました。

以前にもインド ERA 大学の研究者から、ガレート型と言われるカテキンが、抗コロナウイルス作用が高いという研究発表があり、コンビニなどでは「ガレート型カテキン」と書かれたペットボトルのお茶も売られています。

また、上海政府がビタミンCの点滴療法が新型コロナ患者に有効であり、正式に推奨したと報告がありました。お茶のほかにビタミンC入りの飲料を飲むのも有効です。私も、少々風邪気味のときでも、ビタミンCをたくさんとると、実際に元気になることを体験しています。感染予防の参考になれば幸いです。

四ツ谷おにぎり仲間 連絡先 080-7967-8672

連絡可能時間 毎週土曜日 午後3時～午後6時

千代田区翹町6-5-1 聖イグナチオ教会