判断できる程度のウイルス量となっているため、検査時期として望ましい。

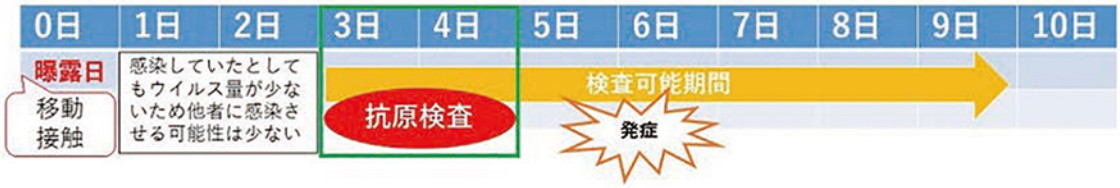
長期滞在（3日以上）で無症状者の場合は、帰省直後に検査を実施し、帰省後「3、4日目」に再検査を行うことが望ましいと考えられています。

※保健所等推奨の考え方になりますので、希望があれば検査可能です。

抗原検査のタイミング

【当日のみの移動及び短期滞在（2日以内）で無症状者の場合】

曝露（帰省・接触）した日を0日目とし、3・4日目の検査を推奨
9日目までは検査可能、10日目以降は不可能



【長期滞在（3日以上）で無症状者の場合】

3日以上の滞在の場合、帰省直後に検査可能。帰省後3･4日目に再検査を行うことが望ましい

全厚連 全国統一献立の日 ～おすすめ郷土料理～

第29回目の郷土料理は、徳島県の『ばらずし』です。

徳島県では、ちらし寿司のことを『ばらずし・かきまぜ』といいます。

お祭りやお節句などお祝いをする日に作られるおすしで、たっぷりと作って手みやげとしても用いられています。

甘く炊いた金時豆が入っているのが特徴です。昔は砂糖など甘い物が貴重だったので、甘い金時豆を入れることがご馳走だったようです。

酢飯に使う酢は、それぞれの地区でとれる『すだち』『ゆず』などの果汁が使われます。海に近い所では酢魚やひじき、山に近い所では山菜や根菜など、それぞれの地区でとれる旬の食材を具として使います。

当院では、9月8日に実施いたしました。甘い金時豆がのっていると驚かれる患者さんもいましたが、『高野豆腐やしいたけなどの具の味がよい』『酢は苦手だけどおいしい』などの感想をいただきました。

管理栄養士　梅村尚美