

# ケアホテル のぞみ

サポートニュース

No.52

平成27年11月発行  
広報誌サポートニュース 第52号

株式会社 みちのくサンガ  
編集・発行

ケアホテルのぞみ 広報部  
〒010-1403 秋田市上北手荒巻字塚切48

TEL : 018-839-8503 FAX : 018-839-9901

デイサービス

## 紅葉ドライブ週間♪



紅葉の季節を迎えました！！“のぞみ”では皆様に色とりどりの景色を楽しんで頂こうと、紅葉ドライブを開催いたしました(o^)/☆彡

行き先は、秋田市御所野総合公園コース・岨谷峡コースの2ヶ所をご用意いたしました！！そして、ドライブスルーで皆様で選んで頂いた商品を購入して、車内で召し上がりながら紅葉を見て頂き、季節の変わりようを感じていただきました(\*^\_^\*)

花より団子！？ドライブスルーの一番人気はズバリッ！『ソフトクリーム』♪冷たくて甘～いソフトクリームは格別でしたっ！

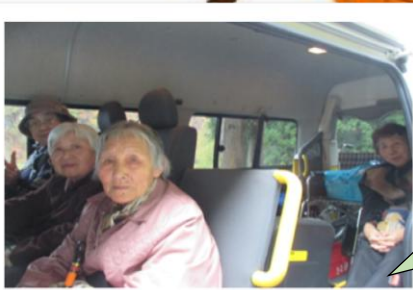
### 御所野総合公園コース



本当に赤色は映える色  
だな～。綺麗だ  
(●^o^●)



### 岨谷峡コース



紅葉と川の流れる風景に懐かしさを感じる(\*^\_^\*)



### ドライブスルーでの様子♪

人気急上昇！！  
熱々のホットアップルパイ！！  
「こんなに甘くて美味しい食べ物があるんだね～♪」  
と皆様、感激の嵐！！



人気が高いソフトクリーム！  
「アイス大好きだもの！（ご利用者談）」



ショートステイ

## 秋の味覚でスイーツ作り



10月25日、ケアホテルのぞみでは「秋の味覚でスイーツ作り」として、サツマイモと栗の蒸しパンを作りました♪

当日は皆様に参加して頂き、材料を量って、生地を混ぜて、型に流し込んで本スイーツ作りに挑戦(\*^\_^\*)

それぞれ作業を分担して行ってもらいましたが、どの班の皆様も手際よく、自慢のうでを披露！

できあがった生地をアルミカップに流し、蒸すこと15分！

出来上がった蒸しパンに皆様「おいし〜い！」と舌鼓をうって、秋の味覚を召し上がっておりました(^\_^)v



おいしくな〜れ〜♪



完成を楽しみに…(´\_`)v



あら！おいしいね〜♪♪

健康ニュース

## インフルエンザに注意！！



### 寒い時期になり、インフルエンザの流行時期になりました。

- インフルエンザとは：風邪に比べて咳や鼻水などの症状は少ないですが、急な体温上昇や、だるさや筋肉痛などの全身の症状が強くなるのが特徴です。症状がでるまでの潜伏期間は1〜3日程といわれています。
- 感染予防：①手洗いうがいの徹底：外出から帰ったら必ず、手洗いうがいを行いましょう。
- ②マスク：飛沫感染や空気感染を防ぐため、外出時はマスクをしましょう。
- ③50〜60%の保温：ウィルスが活動しにくい湿度が50〜60%といわれています。
- ④室内の殺菌消毒：よく手の触れる場所（ドアノブなど）を殺菌消毒しましょう。アルコール消毒が有効です
- ⑤免疫力向上：栄養バランスのとれた食事（特にタンパク質、ビタミン全般）、十分な睡眠を心がけましょう
- ⑥予防接種：流行のピークは12〜2月といわれています。また抗体ができるまで1〜3週間程度かかりますので、12月中旬までに摂取を終えることが望ましいです

その他

インフルエンザに罹ったら…まずは早めに受診し、十分な休養、水分摂取をこころがけましょう！また、まわりにうつさないようマスクの着用をしましょう。

12月行事予定 デイサービス：年の瀬！入浴週間

ショートステイ：年の瀬！地域交流会



編集後記

寒さも本格的になり、インフルエンザ、ノロウィルスの流行する季節になりました。手洗いうがい、免疫力向上をしっかりと行い、冬を乗り切りましょう！

次号もお楽しみに！

株式会社 みちのくサンガ

ケアホテル  
のぞみ

平成27年11月発行  
広報誌 サポートニュース 第52号

ケアホテルのぞみ 広報部  
〒010-1403 秋田市上北手荒巻字塚切48

TEL :018-839-8503 FAX : 018-839-9901