



しゅん
季刊誌 旬 秋の号 vol. 15

★ すっかり朝晩は冷え込むようになり、一雨一雨、冬に近づいている感じですね…。

去年は暖かい冬でしたが、今年はどうでしょうね!?
健康管理に注意して、風邪など引かないよう気をつけましょう!!



紅葉狩り



今年は、わかくさで初めて紅葉狩りに、北大演習林へ行きました。車内から見た紅葉はとっても綺麗で、みなさん、歓喜の声があがり、“今晚の夢は赤と黄色だねえ”とうっとりされている方もいました。



目を惹かれるような美しさでした。



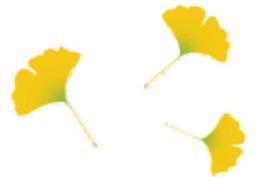
紅葉のトンネルをくぐりましたね。



きれ〜い!!

ラーメンツカ

こちらも初めて、ニングルへ昼食にラーメンを食べに行ってきた。みなさん、“美味しい!”と喜んで召し上がってましたね〜!!



“美味しいよ〜”

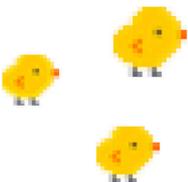


“たまにはお店で食べるのもいいわね”



ラーメンに夢中です!!

新職員を紹介しま〜す!



個人情報保護のため、掲載いたしません。



12月のクリスマス会についてのご案内



今年もわかくさでは、今年最後の締めくくりとして、ボランティアさんや職員による催し物をご用意し、皆さんに楽しく過ごしていただけるよう、クリスマス会を催す事となりました。日程は、12月17日(月)～22日(土)を予定しております。当日は、**クリスマス特別料理**と致しまして、オードブル形式で、普段とは一味違った昼食を、日替わりでご用意させていただきます。つきましては、クリスマス期間中の食事代を、**お一人様 850円(追加料金200円)**とさせていただきますので御了承下さい。尚、追加料金は、通常の利用料金と合わせて請求させていただきます。また、今回は通常食はご用意しておりませんので、宜しくお願い致します。
※ 粥食はご用意します。



～ ヘルスニュース ～

「ノロウイルス」が今年も流行し出して来ています！！

ノロウイルスとは・・・？

ノロウイルスは、感染性胃腸炎をひき起こすウイルスです。感染症は、特に、冬場に多く、感染者は、毎年、増加しています。その症状は、吐き気、嘔吐、下痢などで、乳幼児や高齢者では嘔吐が、成人では、下痢症状が多くみられます。

なま水を飲まないようにし、なま物（特に2枚貝）は、充分に加熱してから食べましょうね。

今日からできる予防策！！

手洗いしましょう。簡単にできる予防策です。食事前、排泄後、定期的な手洗いを習慣づけましょう。手洗いは、ゴシゴシ、30秒以上かけて、手全体をあらいましょう。タオルの共用は厳禁です。

わかくさよりお願い

利用者様で、ノロウイルスの疑いがある場合は、職員へ連絡して下さい。みなさんの健康を守るのも私共の大事なことです・・・



インフルエンザも要注意です！！

毎年この時期になると、インフルエンザも流行りだします。

風邪とは違い、発病と同時に38℃以上の高熱が出て頭痛、筋肉や関節の痛みなどが起こり、高齢者が感染すると重症化しやすいと言われていています。

まずは、かからないよう外出から戻ったら、手洗い、うがいを忘れずに、**予防接種**も効果的な予防法ですので、ぜひ受けに行ってくださいね。



★ 冬季送迎時間変更のお知らせ ★

天候悪化、冬道の悪路等を考慮致しまして、冬季間（H19年12月1日～H20年3月末日）帰りの送迎時間を、15分早めさせていただきます。朝のお迎え時間の変更はありませんが、天候、道路状況により多少時間のずれが生じる場合もありますが、何卒御了承下さいませお願い申し上げます。



苫都病院

デイサービスセンターわかくさ

〒053-0021

苫小牧市若草町5丁目10-16

TEL 0144-38-2660

FAX 0144-38-2661

発行日 平成19年11月1日

編集責任者 関口 久美子