



日々の調理風景



祝・敬老会

ご長寿のお慶びを
申し上げます



浅野区の秋祭り



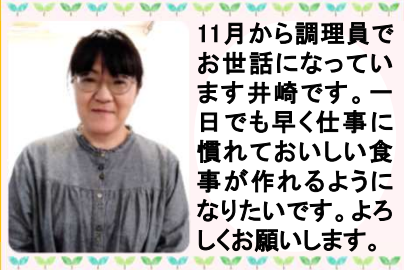
ザクロゼリーのできあがり



生花に挑戦♪



新入調理職員紹介



パンカフェひもろぎ 手作りパンの販売

期日：11月22日(水)
時間：PM12:00
～12:30頃
場所：ベーネ玄関前
是非、お立ち寄り頂き、
ご覧になってください!!

【所長の一言】

「新型コロナ感染症に初罹患」

2020年1月15日に日本で初めて新型コロナ感染症の感染者が確認され、この4年弱で全国各地に広がりました。私も10月末に初めてコロナ感染症に罹患しました。家庭内感染だったので、罹患する可能性が高いと覚悟はしていました。発症した日ですが、朝に発熱はなく喉の違和感と頭痛がありました。この頭痛がワクチン接種翌日の副反応で感じた頭痛に似ていたため、発症したと疑い抗原検査をすると陽性反応がありました。2日間は解熱剤もあまり効かない高熱に見舞われましたが、3日目の朝から突然平熱になりました。嵐が突然過ぎ去った感覚でした。感染しましたが、2つの感謝があります。1つ目は不在の間心強いスタッフが事業所をしっかりと守ってくれた事、2つ目はしばらくコロナに感染しない抗体がついた事。次はインフルエンザに気を付けないといけません。皆さんも栄養バランスの取れた食事、十分な睡眠、適度な運動で健康な日々を過ごしていきましょう！
(井上)

【編集後記】

冬も間近に迫り、朝晩の冷え込みが身体にこたえる季節になりました。ここ数年、手足の冷えが気になる様になり少しでも改善しないかと思い生姜をよく料理に入れるようにしたり、蒸し生姜パウダーを作ったりしています。蒸し生姜はスライスした生姜を蒸して、乾燥させ粉にしたものですが、生姜は加熱する事で、ショウガオールという体を温める成分が生生姜より数十倍も増えるそうです。蒸し生姜は体を内側から温める効果が高く、代謝UP・免疫力UP・風邪などの感染症予防にも期待でき、冷え性にもよいとされています。作るのが難しい方はドラッグストアでも手に入りますので、本格的に寒くなる前に、気軽に温活始めませんか？
(田村・大石)

株式会社 やぶらいふ
□小規模多機能型居宅介護 Bene
□介護ホテル Cura
〒667-0103 養父市浅野276-2
TEL:079-663-4567
(HP: www.yabulife.co.jp)



★小規模多機能 Bene 利用状況★
登録者現在18名 残り11名の受入が可能です！
現在新規利用者様を大募集中
無料体験・施設見学随時受付中