

# ほっとサロンだより

2023年、令和5年もあと1ヶ月となりました。  
 コロナも2類から5類になり今までの生活が戻ってくると思っていた  
 が、まだまだそうはいきませんね。  
 マスクをはずした行動はまだ怖いです！！インフルエンザも流行していま  
 す。  
 これから先のお天気もどうなるのか気になりますね。寒暖の差がある  
 毎日です。御身大切にして体調管理をしてお過ごしください。  
 「念ずれば花開く」の気持ちで、新年を迎えるのに夢や希望を持って  
 前へ進みましょう。今年も一年ありがとうございました。



## ほっとサロンのご案内

日時：12月11日（月）

10:00～12:00

場所：3階ほっとサロン

- ・飲み物をご持参下さい。
- ・食べ物は禁止です。
- ・マスク着用/検温をお願いします。  
（がんサポで検温をお願いします。）
- ※入院患者さんをご遠慮お願いします。

※日曜ほっとサロンスマイルは只今検討中です。しばらくお待ちください。



## クリスマスやお正月に、星ゼリーはいかがでしょう

- ① グレープフルーツ 120g は細かく刻み鍋に入れ、ゼラチン 2g を加えて火にかけて溶かし、80℃くらいに冷ます。林檎ジュース 120cc もゼラチン 2g を加え同様に作り冷ます。
- ② 牛乳 60cc もゼラチン 1g を加え①と同様に牛乳ゼリーを作り、バットに流し入れて固まったら星形で抜く。ゼリーカップに入れ、その上から①のグレープフルーツゼリーを流し入れ冷やす。完全に固まる前にその上に林檎ゼリーを流し、角切り林檎 60g を入れて固める。

\*クリスマスの夕食にきれいな星ゼリーのデザートで楽しい気持ちに！  
 食欲不振、嚥下困難、口内炎、嘔気の方に最適。



ほっとサロンは、外来中央診療棟3階で、毎月第二月曜日 10時から 12時まで  
 オープンしています。患者と患者家族の癒しの部屋（空間）です。  
 無料ですので一度寄ってみてください。お待ちしております。

お問い合わせ先：0853-20-2545（がん患者・家族サポートセンター）