



森のさんぽ道

宣誓!

威風堂々と



頑張れ紅組



負けるな白組



平成24年10月16日に介護老人保健施設ケアテル猪苗代にてケアテル大運動会を開催いたしました。

紅組・白組に分かれて高らかに選手宣誓を行っていただき、玉入れ、パン食い競争、借り物競走など白熱の競技が繰り広げられました。皆様入賞をめざして、各競技に参加されておりましたが、総合優勝した紅組には優勝トロフィーが贈呈されました。

白熱の運動会の昼食には栗ご飯が提供され、秋の味覚を楽しんでいただきました。

深まる秋。寒さに負けない利用者様の活気がケアテル中にあふれておりました。

発行
医療法人ケアテル
福島県耶麻郡猪苗代町
川桁字元寺2403-1
TEL 0242-66-3500(代)

編集
広報委員会
毎月発行 Vol. 99
平成24年
11月号

ケアテル グループ通信

ミニテル
保育園

大好きなパパやママが働く職場で“お仕事参観”してきました！今回は園児のママが働いているケアテル東棟へ・・・

『どんなお仕事してますか？』『大変なことは何ですか？』『楽しいのはどんな時？』など子ども達の素直な疑問が出てきたようです。

たくさんご利用者さんに囲まれニコニコと働くママの姿が、子ども達にはどのように映ったのでしょうか。



月に一度のお仕事参観



パパママ頑張ってるかな？



デイサービスセンター
「ハーブの園」 猪苗代



ダンベル体操



ニーエクステンション
フレクション



ハンドグリップ

デイサービスセンター「ハーブの園」猪苗代では、日常生活動作訓練の向上を目的に、毎日様々な機能訓練を行っています。今回はそのうちの幾つかを紹介したいと思います。

まずは『ダンベル体操』です。機能訓練指導員の指示のもと、上下左右にダンベルを動かします。一緒に行うスタッフも息があがります。『ハンドグリップ』では、握力の強い男性のご利用者様は毎回悠々とこなされています。『ニーエクステンション/フレクション』は、下肢に負荷をかけ、足を上下させながら下肢筋力向上を目指します。

ハーブの園では、今後も様々な活動を行っていきたく思いますので、ぜひ見学にお越し下さい。



行って参りました！



大内宿へ
「ハーブの園」
会津若松



デイサービスセンター

マリアだより

診療所
マリアクリニック

TEL 0242-66-2700

インフルエンザ

【インフルエンザQ&A Vol.12】

今月は先月に引き続き、インフルエンザについてQ&A方式でお伝えします。

Q3 病院に行くことにしました。どこの病院を受診すればよいのでしょうか？

A3 受診する医療機関の発熱患者対応の診療時間や入口などが分かっていますか？もし分からない場合には、まず電話をしてから受診方法について相談しましょう。また、保健所などに設置されている発熱相談センターに電話して、どの医療機関に行けば良いか相談しましょう。

Q4 自宅で療養しています。熱が下がったので外出しても良いですか？

A4 熱が下がっても、インフルエンザの感染力は残っていて、あなたは他の人に感染させる可能性もあります。完全に感染力がなくなる時期については、明らかではなく、個人差も大きいと言われています。少なくとも、「熱が下がって2日目」までは外出は避けましょう。

ただし、発熱などの症状がなくなつてからも感染力がつづく可能性もありますから、「発熱、咳、のどの痛みなどの症状がはじまった日の翌日から7日目」までは出来るだけ外出しないようにして下さい。

■これからの季節はインフルエンザをはじめ様々な感染症が発生します。手洗い・うがいを小まめに行い、暖房機などにより過度に乾燥する環境を作らないように心がけましょう。



リハビリの現場から

生活リハビリ②

今回は2回目として、生活リハビリについて少し具体的な内容について書きたいと思います。

生活リハビリでは生活の場が中心となつて行われます。例えば脳卒中で右半身が麻痺し利き手が使えなくなつてしまった利用者様がいらつしやると思います。その方の麻痺側を訓練で動けるようにすることは治療的なリハビリとなります。一方、生活リハビリでは、上手く動かせない右手の機能改善を行うのではなく左手で生活出来るように工夫をして生活行為に結びつけることを第一とします。したがって、服や食器を使いやすい形に変わることや手摺りの位置・ベッドの位置を調整し移動しやすい環境を作ることなどで、自立した生活が行えるという自信や意欲を引き出し、部屋やベッドに閉じこもることのないようにしていくことが生活リハビリとなります。

味のさんぽ道

季節の味

「やまのいも」

朝晩の冷え込みが、さらに厳しくなる時期には体内を温める食べ物をしっかりと取り、呼吸気管の保護に努めることが大切です。外気が冷え、乾燥するこの時期は、滋養豊かな食材で免疫力を強化しましょう。

特におすすめなのが胃腸の働きを高め、体を温める「やまのいも」です。いもの中では唯一生食できるのが特徴で、どんなに食べ続けても害はなく、精のつくことから、別名「山うなぎ」とも呼ばれています。山芋のぬめりの正体であるムチンは、蛋白分解酵素や粘膜修復作用があります。また、豊富な消化酵素とともに、胃炎や潰瘍の予防、疲労回復、血糖値の改善に役立ちます。免疫力を強化し秋の冷気に負けない体力をつけましょう。



御利用者様募集

医療法人ケアテルでは次の事業所のご利用者様を募集しております。ご利用・御見学に関する問い合わせなど御気軽にお声掛けください。

介護老人保健施設

ケアテル猪苗代

通所リハビリテーション

連絡先

0242-66-3500

支援相談員

石川・大和田
長澤・鈴木



医療法人ケアテルでは、一緒に働く仲間を募集しています！

・介護支援専門員 ・看護師 ・柔道整復師 ・介護員

・臨床工学技士 ・保育士

来春卒業予定の学生の

応募も可能です！！

電話：0242-66-3030

担当：遠藤・後藤

お気軽にお問合せ下さい。

森の住人の一言

介護老人保健施設ケアテル猪苗代で利用者様の支援相談業務をさせていただいております。

ご利用者様とご家族様の抱える問題は様々です。1人でも多くのご利用者様が笑顔で在宅に戻られることを喜びに、お手伝いさせて頂きたいと思っております。

小さなことでも家族のようにご相談いただける関係を築けるよう、支援相談員として日々奮闘しています。



介護老人保健施設
ケアテル猪苗代
支援相談員主任

長澤 美香

編集後記

次号はいよいよ創刊100号を迎えます。平成16年の開設以来ケアテルは9年目を迎えますが、ケアテルの成長の足跡を皆様にお伝えしたいと思います。

編集員・後藤