

桃太郎侍がやってきた！？

高橋英樹さん来訪！！

森のさんぽ道



突然の高橋英樹さんの訪問にご利用者様もびっくり！



名俳優を紹介すると拍手が巻き起こりました。



謹賀新年

去る11月20日に、介護老人保健施設ケアテル猪苗代、有床診療所マリアクリニックへ、俳優でタレントの高橋英樹さんがサプライズでご慰問頂きました。同敷地内のホテルリステル猪苗代においてドラマの撮影が行われ、撮影の忙しいスケジュールの中、ご利用者様へ激励の言葉を掛けたいとの意向により急遽お越し頂きました。高橋様は、ご利用者様に「頑張ってください」「励ましの言葉をかけていらっしやいました。身長187センチと恵まれた体格に、テレビで見るとこの容姿が「かっこいい」「迫力がある」とご利用者様からも思い思いの感想が飛び交いました。



真剣な面持ちで説明を聞かれています！

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 0242-66-3030(代)

編集

広報委員会

毎月発行 Vol. 113

平成26年

1月号

事業所内保育施設 ミニテル保育園

ミニテル保育園『学びの日』



さつま芋ってこんな形なんだ！！おもしろい！！



上手に押せるかな？よいしょ！よいしょ！

いろいろなものに興味を示す子ども達に、さまざまな分野において学ぶ時間を作っています。その中の『食育』では、秋の野菜について学び、さつま芋やじゃがいもにおいては感触を確かめたり、匂いを嗅いだり、半分に切ってみたり・・・最後には、芋ハンコをして楽しみました！

デイサービスセンター ハーツの園 オリンピック開催！！



誰が一番ピンを倒せるか！！



たくさん玉を入れてください！

デイサービス猪苗代では、11月26日に平成25年オリンピックを開催致しました。赤組白組に分かれて競技を行い、玉入れや輪送り等の団体競技では赤組が勝利を収め、金メダルが贈られました。ボーリングや輪投げ等の個人競技では、ハッスル賞やユーモア賞など、参加された利用者様全員に表彰状が贈られました。皆様、真剣に競技に挑まれ、『楽しかったね。』とメダルや表彰状を眺めながら大変喜ばれていらっしゃいました。

マリアだより

診療所
マリアクリニック

TEL 0242-66-2700

知っておきたい疾患の一つ

「透析治療とは」その1

■腎臓の働きと疾患

1 腎臓のしくみ

腎臓は糸球体しきゅうたいと尿管にょうすいかんと呼ばれる部分から出来ています。腎臓に入った血液は糸球体でろ過され、尿管に流されます。尿管はろ過された物資の中から必要な物を回収し、老廃物を尿から排泄します。

2 腎臓の働き

①老廃物の排泄

エネルギー源となる物質が体内で利用された結果できた老廃物を尿として排泄します。

②水分量の調節

尿を多くしたり少なくして調節することで、体内の水分量を一定に保ちます。

③体液バランスの調整

電解質（ナトリウム・カリウム・カルシウム・リン等）の濃度や量を調節します。また、血液を弱アルカリ性に保ちます。

④血圧の調整

ナトリウムや水の開設を調整すると共に、血圧を調整するホルモンを作っています。

⑤ビタミンDの活性化

ビタミンDは腎臓で活性化されて始めて一人前の働きをする活性化ビタミンDに変化します。

⑥造血刺激ホルモンの分泌

赤血球を一定に保ちます。

3 腎不全と慢性腎不全

○腎不全とは、糸球体の網の目がつまり、血液をろ過する既往が落ちて老廃物（尿毒症性物質）と水分が排泄できない状態を言います。

○慢性腎不全とは数ヶ月〜数年の長い経過の後、先にあげた様な腎臓の働きがゆっくりと悪くなり、回復しない状態のことを言います。

リハビリの現場から

腰椎圧迫骨折①

9月から掲載しておりますが、腰痛に関するコラムですが、今回は圧迫骨折について書かせていただきます。一般的に背骨といわれる骨の腰の部分にあるのが腰椎です。高齢化にもない骨粗鬆症が進むと骨がもろくなり骨折しやすくなります。尻餅をつくだけでも腰椎が潰れてしまうのが腰椎圧迫骨折です。これは、強い腰痛として出現することが多いことです。なかには気が付かないこともあり、検査をして初めて分かることもあります。腰椎が潰れることで背中が前方に湾曲した姿勢になりやすく、背中の曲がった状態になります。



味のさんぽ道

旬の味覚

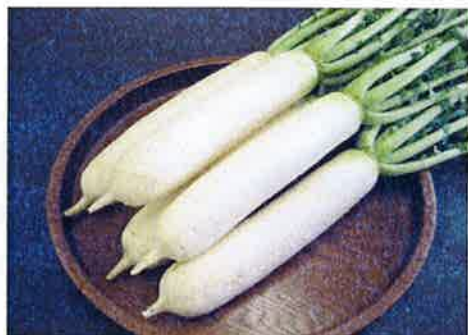
だいこん
大根

豊富なビタミンCで冬対策！

ビタミンCは風邪予防や

乾燥肌対策に効果的

ビタミンCはコラーゲン生成に効果があります。コラーゲンは皮膚や粘膜の生成に関係するので、病原菌やウイルスの進入を防ぐ効果があります。さらにインチオシアネート殺菌効果も合わさって、だいこんは風邪予防に最適な食材として昔から親しまれてきました。また、コラーゲンの生成に欠かせないビタミンCがたっぷりなので美肌効果にも効果的です。



普段の食生活に欠かせない食材である大根。こんな力があるとは知りませんでしたね。

通所リハビリテーション だんらん



通所リハビリテーションでは、平成25年11月21日にそば祭りが開催されました。蕎麦作りが盛んな猪苗代町ですが、地元出身の経験豊富なご利用者の皆様が、意気込んで取り組まれていらっしゃいました。奥が深い蕎麦作りには、ご利用者様のこだわりがぶつかる様子もあり、互いに協力しながら納得の行く蕎麦が打てたようです。また来年も実施して行きたいと思えます。



一緒に働く仲間を募集しています！！

- 看護師
- 介護支援専門員
- 理学療法士
- 介護員
- 柔道整復師

*子供を事業所内保育施設へ預けながら働くことができます。

電話：0242-66-3500
担当：後藤
お気軽にお問い合わせください

あけましておめでとうございます。

医療法人ケアテルは平成16年7月1日に開設し、早いもので今年で丸10年目を迎える節目の年となりました。これもひとえに地域の皆様、関係事業所の皆様のご愛顧の賜物と心より深く感謝しております。これからも末永く皆様に愛されますよう職員一同新たな決意でサービス向上に勤めてまいりますので、これからも変わらぬお引き立てを賜りますようお願い申し上げます。

森の住人の一言

管理課調理係として開所時から勤務し今年で10年目になります。当初は初めての介護食ということで、ご利用者様の食事形態によって調理や盛り付けなどの難しさがありました。が「ご利用者様に笑顔で食べて頂ける食事を提供する事が全てである」と自身に言い聞かせ、今日までやって参りました。

ご利用者様にご満足頂けているかはわかりませんが、今後も一層邁進して行きたいと思っています。



調理員

小檜山 浩子

編集後記

猪苗代町は、雪も降り本格的な冬となってきました。観光やウィンタースポーツを楽しみに他県ナンバーの車が沢山来ています。雪道の運転になれない方もいらっしゃると思いますので車の運転にはお気をつけ下さい。

編集員・阿部