

ケアテル夏の風物詩 ゆかた祭り開催



今年の目玉の空中ブランコ！向い側のポールへ移ろうとしています！



玉乗りをしながらお手玉に挑戦！



職員へ声援を送ってくださっています。



様々な出店がありました！



毎年恒例の盆踊りも行われました！

森のさんぽ道

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.122
平成26年
10月号

去る8月2日に介護老人保健施設ケアテル猪苗代にて「第11回ゆかた祭り」が盛大に行われました。

今年のゆかた祭りの目玉は、丸太乗りや綱渡り、空中ブランコなどを披露したケアテル曲技団によるサーカスです。始めは座ってご覧になっていたご利用者様もクライマックスになるにつれて「頑張れ！」と身を乗り出して大きな声援を送って下さいました。他にも、ミニテル保育園の園児によるサンバのダンスや、職員による和太鼓の演奏等が行われました。また、当日は多数のご家族様や地域の方々にもご来所いただき祭りを盛り上げて頂き大成功を納めることが出来ました。

来年も新たな企画に挑戦していきたいと思えます。どうぞお楽しみに。

事業所内保育施設 ミニテル保育園

「ジャガイモ収穫」 inミニテル菜園



見て見て～！たくさん採れたよ！



泥まみれでもへっちら！

ミニテル菜園では以前から育てていたジャガイモの収穫の時期となりました。ごつごつとした大きなものからコロコロとしたかわいいものまであり、子どもたちは宝探しのようにはジャガイモを掘り当て、手や顔を真っ黒にしながらも大喜びで収穫をしていました。収穫したジャガイモは、8月末に行われた「ミニテル夏祭り」でフライドポテト、ポテトチップスとして販売をしました。

デイサービスセンター ハーフの園

「外出訓練」 inリステル猪苗代



外から猪苗代町内の景色が見えて最高！



どれから食べていいのか迷うなあ♪

8月22日に外出訓練としてホテルリステル猪苗代へ日帰り温泉に出掛けてきました。眺めのよい広々とした露天風呂で入浴を楽しんだ後は、どれから箸を付けたらよいか迷う程の美味しい料理の数々を堪能し、皆様に「また誘ってね。」など大変喜びのお声をいただきました。今後も職員一同、より良いサービスが提供できますよう一層の努力してまいります。

マリアだより

診療所
マリアクリニック
TEL 0242-66-2700

知っておきたい透析食について

【透析食の基本】その10

■ バランスの良い食事とは？

- 1、主食・副食をまんべんなくとり、3食きちんと食べる
- 2、偏食をしない
- 3、糖質・脂質・蛋白質・ビタミン類をバランス良く組み合わせる

■ 十分な熱量をとるには？

車がガソリンという食物をとり、それを燃焼しエネルギーを出して走るように、人間の体も同じように食物によって、得た熱が働く力になったり、体温を保ったりして生命を維持しています。

熱量は、病気で寝ている時でも体温保持、呼吸、血液循環などに使われます。これに加え、運動や仕事などの通常の社会生活を営む

ためには、十分な熱量が必要となります。

1、熱量不足の害と症状

- (1) 抵抗力の低下
- (2) 体力低下
- (3) 貧血
- (4) 食欲不振
- (5) 高カリウム血症

2、熱量となる食品

- (1) 炭水化物由来の食品
ごはん、パン、麺などの穀類。
ジャガイモ、芋などの芋類。砂糖、飴玉などの砂糖類
- (2) 脂質由来の食品
油、マヨネーズなどの油脂類

3、熱量を上げる工夫

- (1) ご飯など、主食類を十分食べる
- (2) 油料理をメニューに組み入れる
- (3) マヨネーズやドレッシングを使う
- (4) 主食が食べられない時は、間食で補う

看護の現場から

貧血

貧血とは、赤血球、ヘモグロビンの量が正常より少なくなった状態のこと、疲れやすい、めまい、立ちくらみなど様々な症状があります。

貧血の種類

1. 鉄欠乏性貧血

鉄が不足しヘモグロビンが作られなくなるためにおこる貧血です。

2. 悪性貧血

ビタミンB12、葉酸が不足して赤血球が減少するためにおこる貧血です。

3. 溶血性貧血

赤血球の膜が壊れてヘモグロビンが流れ出しておこります。

4. 再生不良性貧血

血液をつくる骨髄の働きが低下するためにおこる貧血です。

5. 腎性貧血

赤血球をつくる能力が低下することでおこります。

味のさんぽ道

旬の味覚

かぶ 蕪

かぶは、白い部分の根と葉の部分どちらにも栄養価が高くそれぞれ効能が期待出来る食材です。

白い根の部分には大根と同様の消化酵素が含まれており、胃もたれや胸焼けの解消などに効果があります。葉の部分にはカロテンのほかビタミンB群・C、ミネラルや鉄、食物繊維などを豊富に含むため、美肌効果・免疫強化・骨の強化・貧血予防・便通をよくして体内の有害物やコレステロールを排出する働きがあります。かぶの根よりも葉の部分のほうがはるかに栄養をたくさん含んでいるため、葉も捨てずに食べることがオススメです。



かぶ 蕪

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、温熱療法やウォーターベッド以外にもリラクゼーションとしてご利用者様に対して痛みを和らげたり、疲れや筋肉の緊張をとる為に手技療法を行っております。

一対一で会話する機会を作り、よりご利用者様が満足して利用していただけるよう意見をお聞きしております。

今後も満足して頂けるよう精進していきます。

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
- 作業療法士
- 用務員

電話：0242-66-3500
担当：後藤
お気軽にお問い合わせください

医療・介護の分野で 自分の力を存分に発揮してみませんか？

ケアテルは「ケアのできるホテル」を理想に命名したものです。医療法人ケアテルはリステルパーク内に事業所内保育所を整えるなど、安心して就業して頂くため心をくわいております。また施設は、少しでも快適な空間となるよう内装や照明、窓などさまざまな工夫をこらしました。

ご利用者や私たちと一緒に木の温もりや季節の変化を感じてみませんか？意欲的に働きたいのに、子育てと仕事の両立に悩んでいる方も、是非ご相談ください。

森の住人の一言

入社して4年目、保育士の石井恵美と申します。

初めは戸惑うばかりでしたがたくさん子どもたちの笑顔に迎え入れられ、今では2、3歳児クラスを担当として毎日楽しく働いております。

保護者である医療法人ケアテルの職員の皆様が安心して働けるよう日々の努力と勉強を心がけ、元気な笑顔があふれる保育を目指して参りたいと思います。よろしくお願いたします。



保育士
いしい めぐみ
石井 恵美

編集後記

つい先日まで暑いと言っていたのが嘘のことのように思える位、最近は寒くなってきました。暖かい服装を心がけて体調を崩さないよう注意しましょう。

編集員・中丸