

# 春の伝統行事

# ひなまつり



# 森のさんぽ道



九段飾りの前で記念撮影！！



美味しいお茶をごちそうになりました！



お着物とても似合っています！

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.129  
平成27年  
5月号

3月3日に介護老人保健施設ケアテル猪苗代にて「ひな祭り」が行われました。当日は、雛人形の前で写真撮影をした後、人形を手に取りお子様やお孫様と一緒に過ごした日々を懐かしんでおられました。また、着物を着た職員がお抹茶を立てご利用者様にお茶を振るまいました。以前お茶を習っていたご利用者様が先生になる様子も見られいつもの一味違った一日を過ごしておられました。

「桃の節句」という別名は、桃の開花時期に重なるというだけでなく桃の木には邪気祓いの力があり、節句を祝うのにふさわしいと考えられたことから、このように呼ばれるようになったと言われています。

## 事業所内保育施設 ミニテル保育園

### 『入園式・進級式』



少し緊張気味の園児たち。

事業所内保育施設 ミニテル保育園では4月1日に「入園・進級式」を開催致しました。今年は新入園児3名を迎え、男の子13名、女の子12名の25名でのスタートとなります。少し緊張しドキドキとした表情の子どもたちでしたが、おうちの方の膝の上で園長先生のお話をきちんと聞くことが出来ました。またひとつお兄さん、お姉さんになった園児たちが楽しく元気いっぱいにご過ごせる保育園を目指して参ります。

## ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代

### 「花見」 ～猪苗代町民運動公園・磐梯町おおるり公園～



おおるり公園での1枚！

ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代では4月24日にお花見に出掛けてきました。猪苗代町内の観音寺川沿いの道路を通り、町民運動公園、磐梯町のおおるり公園へと行って参りました。青空の中でのお花見となり、そめいよしの 染井吉野、しだれざくら 枝垂れ桜、しばざくら 芝桜が見頃で、「こんなに満開の桜は最高だ。」と、皆様のとてもいい笑顔が見ることができ、大変喜んでいただきました。今後も四季の移り変わりを感じていただけるよう季節ごとの行事を開催していきます。

## ケアテルデイサービスセンター ハーブの園会津若松

### 「花見」



施設内庭園での1枚！

デイサービスセンター ハーブの園会津若松では4月23日にお花見を行いました。「現地まで歩くのが大変」「トイレが近くに無い」などの心配ごとを解消するために敷地内の庭に伐採した桜を活けました。近くで桜を見ながらバイキング形式のお食事を召し上がり「会津若松市内と桜を見ながら食事をしたのは初めて。」「お酒を飲みながらの花見は格別だ。」と大変喜んでいただきました。

# マリアだより

診療所  
マリアクリニック  
TEL 0242-66-2700

## 【脳卒中】

### ■ 具体的な症状

#### ① 頭痛

脳の周囲を走行する血管の一部と脳を包む膜の一部を除き、脳は原則として脳自身の感覚の神経を持ちません。そこで、一般に脳の疾患では頭痛は感じないのが原則なのです。頭痛で発症する脳の疾患として代表的なのは「くも膜下出血」と「脳内出血の一部」です。

#### ② 麻痺（半身不随）

脳の障害による起こる症状は原則として片半身に限られています。麻痺と同じ側の半身の感覚障害を伴うことがあります。

#### ③ 感覚障害

麻痺を伴わず、感覚異常だけが出る場合もあります。感覚異常は半身に出るのがほとんどで、体に

一部や両手足の同じ部分といった形では現れないことが原則です。

#### ④ 言語障害

言語中枢自体が壊れる「失語症」と言葉は理解出来ているが舌や喉が麻痺しているためうまく発音できない「構音障害」があります。失語にはさらに言葉を理解する中枢が壊れてしまい言葉が理解できない「感覚性失語」と頭の中の考えを言葉に置き換える中枢が壊れて言葉を考えつくことができない「運動性失語」などがあります。

#### ⑤ 視覚障害

視野に関しては右目も左目も、視野の右半分は左脳、左半分は右脳が支配しています。例えば、右脳の障害では右目でも左目でも左半分が見えない（同名半盲）状態が起こります。また、視野が狭くなるのも脳や神経の一部に問題がある場合があります。

この他にも、「めまい」や「失調」（ぎこちなさ）、「意識障害」、「痴呆」、「手の震え」などの症状があります。

## 看護の現場から

# 5月病

新しい生活がひと段落する5月に、蓄積されていた心身の疲れや新しい環境や人間関係などについていけないストレスのせいでやる気が出ない、ふさぎこんでしまうなどの状態になることを言います。精神的な症状だけでなく、食欲不振や胃の痛み、めまい、動悸などの症状を訴える人も多く、新しい環境の変化についていけない焦りなどが、知らず知らずのうちに体の症状となって出てきます。

### 【予防法】

- ・スポーツや音楽など自分に合ったストレスの解消法を見つける。
- ・中学校や高校など、以前の環境の友人に会う。
- ・たくさん寝る。
- ・ゆっくりお風呂に入る。
- ・話を聞いてもらう。
- ・新しい目標を見つける。
- ・映画やコンサート、小旅行などに出かけて気分転換をする。

## 味のさんぽ道

今月の野菜は…?

# おかひじき

シャキツとした歯ざわりが特徴で、抗酸化ビタミンであるβカロテン、ビタミンC、ビタミンE、骨形成に関わるカルシウム、マグネシウム、ビタミンKなど、ビタミン・ミネラル類が豊富な野菜で陸の海藻とも呼ばれています。特にカリウム含有量はトップクラスでありナトリウムを排泄し、むくみを軽減してくれます。カリウムは水に溶けてしまうため茹ですぎたり水に長時間浸けることは避けましょう。また、油脂類などに豊富なビタミンEと組み合わせると、相乗効果で抗酸化力がアップします。



おかひじき

# 通所リハビリテーション だんらん



赤組頑張れ！白組頑張れ！！



3月27日に「運動会」が開催されました。種目はパン食い競争・綱送り・車椅子レース・玉入れの全4種目。ご利用者様が一丸となって競技を行いました。皆様の普段とは違った姿や意外な特技の発見、今後のリハビリやクラブ活動へ活かせる新しい「気づき」に繋がったかと思われまます。ご利用者様から「童心にかえったかと思うので、とても楽しかったです。」との声を頂くことができました。今年は赤組の優勝、白組も大健闘し、大いに盛り上がった素晴らしい運動会となりました。



意外と難しいな…たくさんはいれ！

一緒に働く仲間を募集しています！！

- 介護員（介護福祉士）
- 訪問介護員
- 介護支援専門員
- 看護師
- 用務員

電話：0242-66-3500  
担当：後藤  
出勤日・短時間労働（パートタイム等）  
相談に応じますのでお気軽にお問い合わせください。

## 第11回 あじさいコンサート開催

医療法人ケアテルでは、6月13日（土）にあじさいコンサートを予定しております。職員とご利用者様が一丸となって音楽を披露致しますので是非ご参加下さい！皆様のご参加を心よりお待ちしております！



## 森の住人の一言

今年の4月から介護老人保健施設ケアテル猪苗代で介護員として働いております関典子と申します。

入職したばかりで分からないことも多々ございますが、ご利用様の立場になり、その方に応じた心のこもった介護が出来るよう努めて参りたいと思います。よろしくお願い致します。



介護員

せき のりこ  
関 典子

## 編集後記

最近では毎日暖かく、外出するのに適した気温となりました。運転中の不注意、外出時の熱中症等に気をつけて元気に生活をしましょう。

編集員 中丸