

祝 90歳 小椋 マイ様

祝 卒寿 小椋 マイ様



小椋マイ様を囲みご家族様と記念撮影！



ご利用者様とも記念撮影！



表彰状の授与の際には、とびっきりの笑顔でした。



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. 132

平成27年
8月号

7月10日、介護老人保健施設ケアテル猪苗代 地域交流ホールにて小椋マイ様の卒寿 賀寿贈呈式が行われました。贈呈式には、ご家族様と施設ご入所中のご利用者様をはじめ猪苗代町保健福祉課長 森田様、猪苗代町保健福祉課健康づくり係長 古川様がご出席されご本人様を祝福いたしました。

ご家族様から「おめでとーございます。次は百歳を目指して下さい。」とのお言葉が送られました。元気の秘訣はという質問には、「よく話すこと。」と笑顔でお話されておりました。

ケアテルデイサービスセンター ハーブの園会津若松

「外出訓練」～会津美里町 あやめ苑～



アイスクリームを食べて少し休憩。



満開に咲き誇るあやめと一緒に記念撮影。

ケアテルデイサービスセンター ハーブの園会津若松では、6月23日と25日に会津美里町のあやめ苑（あやめ祭り）へ出かけて参りました。天候にも恵まれ、150種類10万株のあやめが地面いっぱい咲き誇り「とても綺麗だ。」「いろいろな色のあやめを見れて嬉しいわ。」と皆さん笑顔で散策していました。出店も多数立ち並び、それぞれ思い思いの買い物をされていました。

ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代

「外出訓練」～猪苗代町 近藤モータース～



どれを食べても美味しいな～。



バイク好きにはたまらないカフェですね！

ケアテルデイサービスセンター ハーブ猪苗代では、6月18日に外出訓練で「近藤モータース」へカフェを楽しみに出掛けて参りました。広々とした店内に自転車やバイク、スノーモービルなどが飾られており、ご利用者様は珍しそうに眺めていらっしゃいました。ケーキは沢山の種類が食べ放題、飲み物もおかわり自由で、「美味しいけどもう食べられない」と皆さん笑顔でカフェを楽しんでいました。

マリアだより

診療所
マリアクリニック
TEL 0242-66-2700

【食中毒】

■食べてどの位で症状が出るの？

食品を食べて症状が出るまでの潜伏期間は、原因となる細菌やどの位の量を食べたかによって異なりますが、5時間から8日まで位と考えられます。

■感染型

①カンピロバクター

潜伏期間は1日から7日で、腹痛や下痢・腹部の張り症状としてあらわれます。

②腸炎ビブリオ

潜伏期間は10から20時間で、悪心・嘔吐・下痢・発熱・腹痛・しびれが症状としてあらわれます。

③サルネモラ

潜伏期間は6時間から48時間で、発熱・腹痛・下痢が症状としてあらわれます。

■感染型（生体内毒素型）

①腸管内出血性大腸炎（O157）

潜伏期間は3から9日で、出血を伴う下痢や腹痛・嘔吐が症状としてあらわれます。

②セラウス菌

潜伏期間は6から16時間で、脱力感や嘔吐・呼吸困難が症状としてあらわれます。

③ウエルシエ菌

潜伏期間は6から15時間で、物が二重に見えるたり、話しづらくなる他にも腹痛や下痢が症状としてあらわれます。

※食中毒が疑われる場合は、必ず医療機関での診察を受けましょう。

看護の現場から

熱中症

熱中症は、「日射病」と「熱射病」の総称を言います。

日射病とは、全身の倦怠感、吐き気、あくびから始まり、やがて頭痛や意識障害を起します。

熱射病とは、高温多湿の下で長時間歩いたり作業をした時に、大量の汗をかき、体内の塩分や水分が著しく不足し、体温の調整が効かなくなって起こります。

■予防方法

- ・直射日光の下で、長時間の作業は避ける。
- ・こまめ水分補給をする。
- ・吸湿性や通気性の良い服装にする。
- ・扇風機やエアコンを使つた温度調整をする。
- ・外での作業は、日傘や帽子を身につける。

今月の果物は...?

味のさんぽ道

スイカ

スイカの90%は水分で、汗をかいた時の水分補給に最適です。その果汁には、ガン予防のあるβカロテンやビタミンB6、カリウム、リコピンの栄養素がたくさん含まれております。また、利尿作用のある「シトルリン」という栄養素もあり、新陳代謝を活発にして身体のむくみを解消したり、塩分排出の効果があります。これは、カリウムとの相乗効果があり、高血圧の方におすすめな食べ物です。



すいか

事業所内保育施設 ミニテル保育園



「ミニテル菜園」～トマト観察～



野菜に栄養がいくように草をむしりも頑張ろう！



トマトはどんな形だったかな？思い出してみよう！

事業所内保育施設 ミニテル保育園では、介護老人保健施設ケアテル猪苗代の菜園スペースを使用し、菜園活動をしております。6月13日は、ミニトマトと坊ちゃんかぼちゃの観察と草むしり、水やりを行いました。園児たちは「いつになったら食べれるの？」「もっと大きくなるかな。」と収穫の日を楽しみにしていました。園に戻ってから「きょうのトマト」ということで、観察したトマトを思い出して色を塗り園に飾りました。

ケアテル猪苗代
9月の
イベント予定

敬老会

ケアテルでは、敬老の日の周辺に毎年敬老会を開催しております。

敬老の日は、昭和40年に「多年にわたり社会につくしてきたご老人を敬愛し、長寿を祝う日」と法律で定められました。長寿のお祝いは数え年で61歳（満60歳）になる「還暦」からお祝いするのが習わしとなっています。還暦には自分の生まれた年の干支が一巡し「赤ちゃんに戻る」という意味で、赤いチャンチャンコとずきんを送るといふ風習があります。



森の住人の一言

介護老人保健施設 ケアテル猪苗代で管理栄養士をしております。古川 恵美と申します。

早いもので入社して10年が経ちました。教わる立場から教える立場になり様々な課題もたくさんありますが、ご利用者様が在宅で楽しく生活を送ることが出来るよう、精一杯ご支援させて頂きます。



管理栄養士
ふるかわ 恵美
古川 恵美

編集後記

夏本番となりました。こまめな水分補給や体温調整、休憩をして熱中症にならないよう心がけましょう。

編集員 中丸