

第14回 ゆかた祭り開催

毎年恒例のケアテルゆかた祭りが
今年も盛大に開催されました！

森のさんぽ道



ケアテルよさこいチーム「凜」による演舞の披露



ご利用様が思い思いにつづった言葉を幻想的にライトアップし表現しました。

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 0242-66-3030(代)

編集
広報委員会
毎月発行 Vol.158

平成29年
10月号



ダーツを楽しんでいる様子



去る8月5日、介護老人保健施設ケアテル猪苗代「第14回ゆかた祭り」が開催されました。今年のゆかた祭りは「和」をテーマにし、ケアテルよさこいチーム「凜」による「よさこいソーラン節」や職員による狂言の披露、各部署の職員で天笠音頭やどじょうすくいといった伝統的な踊りを披露しました。皆様から大きな拍手を頂き、時には笑いが起こる場面もあり、ご利用者様に楽しんで頂けたのではないのでしょうか。正面玄関では様々な出店を行い、ご利用者様をはじめご家族の方々にも楽しんで頂ける場となりました。今年のゆかた祭りでは事前にご利用者様に思い思いに言葉をつづった灯籠を作って頂き、音楽に合わせて灯籠のライトアップというサプライズを行いました。点灯した瞬間に拍手が起こり、サプライズは大成功を収め、感動に包まれたゆかた祭りとなりました。

認可保育施設 ミニテル保育園

布引高原で大根掘りをしました！！



おにぎりをほおぼる子どもたち（笑）



泥だらけになってがんばっています！

9月の園外保育は布引高原へ行きました。あいにくの霧雨でしたが、バスの中からひまわり畑や大きな風車を見ることができ、子どもたちは「先生見て、見て！」と大興奮。お昼は春巻き弁当。雨も少しずつ止み、大根掘りができることになって嬉しそうな子どもたちでしたが、一人の力では抜けないほど立派な大根に悪戦苦闘していました。貴重な体験となり、“食の大切さ”を知る一日となりました。

デイサービスセンター ハーブの園猪苗代

ワークショップ 『ハワイアン・フラ』



フラの衣装、とても似合っています。



フラのポーズではい、チーズ！

デイサービスハーブの園猪苗代で、平成29年8月25日（金）にワークショップ「ハワイアン・フラ」の行事を行いました。ご利用者様にお好きな色のフラダンスの衣装を着ていただき、映画『フラガール』で有名な「虹」の曲に合わせて、フラダンスを踊る様子をビデオ撮影させていただきました。皆さん数週間前より少しずつ練習を重ねてきた成果を存分に発揮され、とても上手に踊られていました。その後は撮影した動画を観賞していただき、楽しそうな歓声や感想が飛び交っていました。また、DVDにしてお一人ずつプレゼントさせていただき、とても良い記念になっていただけたようです。

マリアだより

診療所
マリアクリニック
TEL. 0242-66-2700

ストレス疲れの脳に効く！

■音楽の持ついやし効果とは
音楽には癒しの効果があると昔から言われてきたが、「癒し」とはいったいなんなのか？脳の働きや内臓の機能から心の状態まで、私たちが穏やかなリラクセスした状態に導くことを「癒し」と言う。人間の自律神経には交感神経と副交感神経の2つがあり、交互に活動して体のリズムを作っている。この自律神経のバランスが崩れ、交感神経が過剰に働くと、血管が収縮して血圧が高くなったり、睡眠障害が起こりやすくなるなどさまざまな障害が出てくる。一方、副交感神経が活発になるとアセチルコリンや脳内でセロトニンと言ったホルモンが分泌され血管が拡張したり、免疫力が高まったりする。音楽の癒し効果と言うのは、ある特性を持つ音がこのアセチルコリンやセロトニンの分泌を促す事によって起こるものである。実験の

結果、特にモーツアルトの曲は副交感神経を刺激する音の特性をバランスよく含んでいる事が明らかになっている。

■音楽は病気の予防および治療にどの様な形で役立つのか。

1つは心身症の改善。うつ病、神経症、円形脱毛症など主としてストレスに起因する心身症の改善に、音楽を役立てようというもの。2つ目は緩和医療への利用。例えば癌のように痛みとの闘いになる病気でその痛みの緩和や痛みに伴う免疫力の低下を防ぐことに音楽を役立てようというもの。3つ目は血圧や心拍の安定。血圧と心拍を安定させる事で高血圧症や動悸、息切れ、冷え性を改善しようというもの。3つ目は認知症や若年層にも広がっているアルツハイマー型認知症の人に音楽療法を施すことにより、記憶力の低下をおさえることができるというもの。そこで何故モーツアルトなのだろうか。音と脊髄が対応関係にあり、周波数の違いによって脊髄の反響する部分が異なることを見出し、モーツアルトの音楽は「脳に刺激を与えたり、体の緊張を和らげたり感情を安定させたりするのに最も適した要素を持つ」と指摘している。



看護の現場から

脳梗塞Q&A

Q 脳梗塞になるとどのような症状が出るのか？



A 脳梗塞の症状は、脳出血同様、障害される部位や程度によりさまざまです。症状がないものから、昏睡に至るまでの意識障害、片麻痺、失語症、構音障害（発語に関する神経の麻痺により語音が組み立てられない）、ゲルストマン症候群、失認（感覚障害や知能低下がないにもかかわらず、対象を認識できない）、同名半盲（視野の半分が欠け、両目の同じ側が見えなくなる）、小脳失調症（歩行にふらつきが出る、手の動きの悪さ、舌のもつれ、自律神経失調症状、下肢のつっぱり）などが見られます。脳梗塞も脳出血も障害される部位によっては同じ症状が出ます。また脳梗塞は、発症後速やかに治療を行うことが予後の鍵となるため、症状が出たら速やかに病院の受診をお勧めします。

味のさんぽ道

職員紹介

調理師の本田卓也です。日本料理やフルーツカットを得意としています。

秋といえば食欲の秋、運動の秋、読書の秋など様々な秋がありますね。秋になるとなぜ食欲が増すのでしょうか？これは日照時間なども関係しているようですが、夏バテ気味で低下していた食欲が涼しくなって回復したり、旬のものが多くなるため食欲が増したりということが考えられます。そこでご利用者様に食欲の秋を満喫して頂くために「秋の味覚バイキング」を開催します！秋の味覚を存分に味わって頂きたく、旬の食材を用いたお料理をご用意しております。また、調理の実演も行いますので楽しみてください。これからもうご利用者様に喜んでいただけるよう精一杯努力し、おいしい料理を召し上がって頂きたいです。



本田卓也



ミニテル園児との交流

通所リハビリテーション だんらん



9月14日、ミニテル保育園の園児の子供たちが通所リハビリへと遊びにきてくださいました。一緒に歌遊びをしたり、首飾りを作ったり、普段なかなか小さなお子さんと触れ合う機会のないご利用様もいらっしやるため、とても楽しまれました。最後には子供たちがメダルをプレゼントしてくださりました。帰宅される際、家族に嬉しそうにご報告しているご利用者様もいらっしやり、こちらもあたたかい気持ちになる一日でした。



おおだ たけひろの とくちょう



強烈なスパイク

ケアテルバレーボール部の大和田雄大です。バレーボールは全くの素人ですが、メンバーと楽しく練習しています。体力も衰えてくる年齢になってきましたので、これから、運動を積極的に行っていきたいと考えています。汗を流すことは気持ちいいですね。

ケアテル

森の戦士たち

バレーボール愛好会

ミニテル保育園



帰山楓弥くん 帰山実成くん

森の小人たち

今回紹介する小人は、帰山実成君と楓弥君兄弟です。

実成君は、はいはいができるようになりお部屋の中の探検が盛んになってきました。兄の楓弥君はお友達や先生とたくさんお話する事が大好きです。二人とも、初めての園生活で一ヶ月が経ち、毎日楽しく過ごしています。

編集後記

夏の暖かさも過ぎ、肌寒さを感じる日も多くなって参りました。体調を崩しやすくなる時期なので、温かい服装で体をゆつくりと休めるよう心がけていきましょう。

編集員・外島