

音楽癒し療法

ケアテル有志メンバーによる「ビッグバンド」 定期演奏会がスタートしました！



沢山のご利用者様に毎週お越し頂いております。



フルートの綺麗な音色にご利用者様も感心されていました。



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.159

平成29年
11月号

演題

- sing sing sing
- 荒城の月
- 故郷
- 川の流れるように
- 糸 etc

ケアテルでは、9月よりケアテル有志メンバーによる「ビッグバンド」定期演奏会が始まりました。この演奏会はご利用者様がゆったりと音楽を聴き、リラククスして頂ける場となるようにという職員の想いから始まりました。ご利用者様により満足をして頂くために、選曲はご利用者様からのリクエストを主として行っています。また、演奏会ではお好きな飲み物を注文して頂き、演奏を楽しみながら過ごして頂いております。ご利用者様がタンバリンや鈴を使って参加して頂く曲もあり、大いに盛り上がりを見せています。今まで大きなイベントのみであった演奏会を定期的に行うことで、利用者様の日々の楽しみの一つになっていくようになります。現在、演奏会は毎週月曜日と金曜日の午前と午後に分けた2部編成で行っています。

認可保育施設 ミニテル保育園 カナダ研修への道



カナダドルを初めて目にしました。



絵本にして子どもたちに分かりやすく説明しています。

認可保育施設ミニテル保育園では、月に一度学びの日を行っています。「英語」のカリキュラムでは「Good morning」「See you」など簡単なあいさつや自己紹介から学び、歌や手遊びを通して英語に触れ合っています。今は、カナダへの語学研修に向け、本物のカナダドルを使ってお買い物の仕方を学んだり、現地保育施設でカナダのお友達とどのようにお話ししたらよいのか、どのようにしたら仲良くできるのかを話し合ったりしながら英語に親しみ、身近に感じてもらえるように指導しています。

デイサービスセンター ハーブの園猪苗代 外出訓練 in 喜多方



小平瀧天満宮で記念撮影！



会津盆地の景色を堪能しています。

デイサービスハーブの園猪苗代では、外出訓練を数多く行っており、ご利用者様も大変楽しみにされています。9月は小平瀧天満宮参拝、喜多方の恋人岬へのドライブ、ぶどう狩りなど精力的に外出を楽しんできました。小平瀧天満宮は皆さん幼少の頃の思い出が様々おありで、「朝まだ暗い時間に家を出て、湖南町から歩いて来たんだよ。」などいろいろなお話しを聞かせていただきました。恋人岬へのドライブはご利用者様からのリクエストで今回で2度目となり、初秋の会津盆地の景色を存分に堪能してきました。

マリアだより

診療所
マリアクリニック
TEL 0242-66-2700

インフルエンザQ&A

Q1 インフルエンザに感染すると重症になるのか？

A1 ほとんどのの方が軽症で回復する。ただし、持病がある方々の中には治療の経過や管理状況によりインフルエンザに感染すると重症化するリスクが高いと判断される方もいる。特に次の持病がある方々は、手洗いの励行、うがい、人混みを避けるなどして感染しないように注意が必要。また、さらに「妊婦」「乳幼児」「高齢者」の方も重症化リスクが高いと言われている。

【重症化リスクの高い持病】

- 慢性呼吸器疾患
- 慢性新疾患
- 糖尿病などの代謝性疾患
- 腎機能障害
- ステロイド内服などによる免疫機能不全

Q2 熱が出ていて咳もある。病院を受診する必要があるのか？

A2 必ず受診しなければならないわけではない。症状が比較的軽く、自宅にある常備薬などで療養できる方は診療所や病院に行く必要はない。ただし、持病のある方々など、感染する事で重症化するリスクのある方は、なるべく早めに受診が必要。

Q3 自宅で療養している。熱が下がったので外出しても良いのか？

A3 熱が下がっても、インフルエンザの感染力は残っていて、あなたは他の人に感染させる可能性もある。完全に感染力がなくなる時期については明らかではなく、個人差も大きいと言われている。少なくとも、「熱が下がって2日目」まではがりは避けること。ただし、発熱などの症状がなくなっているから感染力がつく可能性があるのもあるので、「発熱、咳、のどの痛みなどの症状がはじまった日の翌日から7日目」までは出来るだけ外出はしない。



看護の現場から

急性胃炎について

急性胃炎は男性に多いとされている。各年齢層に分布するがストレスによるものは若年層に多く、薬剤によるものは基礎疾患を有する60歳代に多い。急性胃炎粘膜病変はさまざまな背景、基礎疾患に伴って生じるため、個々の病態の発生頻度は異なる。



症状としては、上腹部痛で急激に発症し、悪心・嘔吐、ときには吐・下血を伴い、上腹部の圧痛といったものがある。その他、胃部不快感、膨満感、食思不振など病状は多彩である。腹痛はときに激烈で心筋梗塞あるいは急性腹症様である。逆に腹痛がなく、吐・下血で発症することもあり、特に高齢者では自覚症状が軽い、精神的ストレス、薬剤、飲食物によるものは比較的短時間で発症することが多い。手術、熱傷などのストレスが原因の場合ストレス負荷後7〜10日以内に発症する。出血量に応じて、立ちくらみ、めまい、冷汗から顔脈、血圧低下、顔面蒼白、意識低下などのショック症状を呈する。

味のさんぽ道

職員紹介

ケアテルの調理師、握り寿司が得意な大石恭敏です。秋も深まりつつ、冬がまたやって来ます。朝晩の冷え込みはぐっと増し、体調を崩しやすい時期ですので、風邪など引かないよう体調管理に注意して下さい。風邪予防のため、この時期におすすめする料理は、今が旬の白菜を使用した「白菜と豚肉のコトコト煮」です。白菜はビタミンCが豊富なので風邪予防にぴったりです。また、豚肉は疲労回復に効果があるため免疫力を高めます。大根おろしを加えたポン酢で食べるのがおすすめです。しっかりと栄養を摂り、風邪に負けない体作りをしましょう。現在、調理係では、他の施設では提供していない新しいメニュー作りに取り組んでいます。今後も心温まる食事作りをしていきますので宜しくお願いします。



大石 恭敏



お月見会

通所リハビリテーション だんらん



去る10月4日、この日は十五夜と言う事で通所リハビリでは「お月見会」を開催いたしました。黄色と白のお団子をそれぞれ皆様にこねてもらい、すすきと一緒に飾って記念撮影！
抹茶を立て飲んだりおしゃべりしたりと皆様楽しんでいました。お団子をこねる手つきは皆様なかなかのもので、飾りつけの際もお互いに意見を出し合いながら飾られていました！熟練の技が光った1日でした。

きむらひなたのとくちょう



正確なサーブ

ケアテルバレーボール愛好会の木村日向です。バレーの経験はなく、球技スポーツはあまり得意ではありませんが一生懸命練習に励んでいます。最初はサーブが入らず苦戦していましたが、最近ではサーブを外すことなく正確に決めることができるようになってきました。次はスパイクを決められるように練習を頑張りたいと思います。

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



ふるかわ だいと
古川 大翔くん

森の小人たち

今回紹介する小人は、古川大翔君です。
まん丸おめめがチャーミングな男の子。9月で1歳になりました。先生に「抱っこ」を求めると甘えん坊で可愛らしい反面、手の力が強く鉄棒ぶら下がりが得意な男らしい一面もあります。最近では、2・3歩あんよができるようになりました。

編集後記

秋も深まり、寒さが日に日に増しているように感じます。北海道では初雪が降りましたが、磐梯山の頂上にも少し雪が降り、会津にも徐々に冬が近づいています。これから寒さが厳しくなっています。これから寒さが厳しくなっています。これから寒さが厳しくなっています。

編集員・外島