

ケアテル 餅つき会

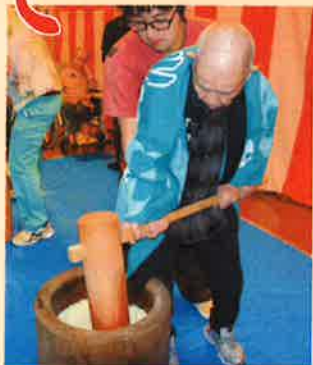
森のさんぽ道

新たな年に
願いを込めて



介護老人保健施設 ケアテル猪苗代にて。

熱々の餅を慣れた手つきで返すご利用者様。完成までもう少し！！



はじめはもち米をこねましょう！



息を合わせて「ヨイショ！ヨイショ！」



立派な鏡餅が完成しました！

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.150
平成29年
2月号

通所リハビリテーションにて。

去る12月28日、介護老人保健施設ケアテル猪苗代と通所リハビリテーションだんらんにて餅つき会が行われました。
ご利用者は「ヨイショ！」と掛け声を合わせて力いっぱい餅をついて頂きました。「ほら、早くやらないと固くなるよ。貸してみな。」と杵を持って積極的に参加されるご利用者様もいらっしゃいました。認可保育施設 ミニテル保育園の園児も参加し、会場は熱気に包まれていました。
つきあがった餅は、一年の無病息災の願いを込めて鏡餅として飾られました。

ミニテル園児に優しく
教えるご利用者様！



男性と女性が担当に分かれてあっという間に完成！

ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代 ～クリスマス会・忘年会～



菅野サンタがサプライズ登場！
ご利用者様も大喜び...？



忘年会の1枚。さて軍配はどちらにあかったのでしょうか？！

ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代では、12月23日に「クリスマス会」を開催し、マジックショーを行いました。ご利用者様にもマジックを体験して頂き、「まるでマジシャンになったみたい～！」と大変喜んで頂きました。また、12月27日には「忘年会」で紅白歌合戦を行い、多くの利用者様に美声を披露していただきました。

年末は楽しい行事が目白押しでしたが、来年も様々な行事を開催していきますので、皆様是非ご参加下さい。

認可保育施設 ミニテル保育園 ～園内行事「クリスマス会」～



プレゼントを届けてくれたサンタクロースと記念撮影！



おいしそう！いっぱい食べたいよ～！

認可施設 ミニテル保育園では、12月22日に園内行事「クリスマス会」を開催しました。

当日は、園児たちが飾りつけたクリスマスツリーを囲んでのパーティーということで、ドワーフクラスはパーティーで被る三角帽子のボンボンを毛糸で作りました。園で勉強している英語でクリスマスソングを歌ったり、サンタさんからのプレゼントが園児1人1人に届けられたりと大興奮の子どもたちでした。お昼には、色とりどりのクリスマスランチを食べ、充実した1日を過ごせたのではないのでしょうか。

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. インフルエンザと普通の

風邪はどう違うのですか？

A. 普通の風邪の多くは、どの痛み、鼻水、くしゃみや咳などの症状が中心で、全身症状はあまりみられません。発熱もインフルエンザ程高くはなく、重症化することはあまりありません。一方インフルエンザは、普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻水、咳などの症状も見られますが、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が突然現れます。

Q. インフルエンザはいつ流

行するのですか？

A. インフルエンザは流行性

疾患であり、一旦流行が始まると、短期間に多くの人へ感染が広がります。日本では例年11月から4月に流行します。

Q. インフルエンザにかからないためにはどうすれば良いのですか？

A. インフルエンザを予防する方法として、次の方法が挙げられます。

- ◎ 帰宅時の手洗い・うがい
- ◎ 流行前のワクチン接種
- ◎ 適度な湿度の保持
- ◎ 十分な休養と栄養摂取
- ◎ 人ごみや繁華街への外出を控えましょう。

◎ 外出時はマスクをする

Q. インフルエンザにかかったらどうすれば良いのですか？

A. 自分の身体を守り、人にうつさないために、

● 早めに医療機関を受診しましょう。

● 安静にして休養をとりましょう。

● 十分水分補給をしましょう。

看護の現場から

ひび・あかぎれ

ひびは、皮膚の表面の溝に沿って亀裂が入ったり割れたりすること、あかぎれは、ひびが皮膚表面の角質層にとどまらず真皮層にまで達してしまつたものです。

【原因】

1. 気温の低下と乾燥

気温が低下し血行が悪くなると、皮膚の再生能力が衰えてしまいます。

2. 洗剤や石けんの使用

頻回に洗剤や石けんを使用すると皮膚の油分や角質を洗い流してしまします。

【対策】

ひび、あかぎれの予防や治療は、とにかく保湿をすることです。失われた水分や油分をハンドクリームで補いましょう。

味のさんぽ道

はつらき

初午いなり

初午とは、二月最後の午の日のことをいいます。京都伏見稲荷大社に祀られている、五穀を司る農業神の宇迦之御魂が初午の日に伊奈利山へ降臨された日といわれています。

伏見稲荷では古来より狐が神の使いとして祀られています。この狐の好物が油揚げと考えられており、油揚げをお供えることから、油揚げを使った料理を「稲荷」と呼ぶようになり、油揚げの中に酢飯を入れたものを「いなり寿司」といい、初午の日には人々もいなり寿司をいただくようになったそうです。



初午いなり

通所リハビリテーション だんらん

男女ともに
人気!

調理クラブを紹介

Let's Cooking
小松菜のしらす和え



あっという間に完成です!

慣れた手つきで作業するご利用者様!

Let's Cooking
寄せ鍋



お味はいかがでしょう?

今回はきのこで出汁をとったそうです!

通所リハビリテーションだんらんでは、週に一度、調理クラブを開催しております。12月22日には小松菜のしらす和えを、30日には寄せ鍋を作りました。ご自身のエプロンを身に付け材料を切り、一緒に作成したご利用者様と昔話をしながら楽しく料理を作る場面もありました。

料理と一口に言っても、食材選びや調味料の組み合わせなど様々な作業が必要になってきます。その過程の中には脳を刺激したり、身体を動かしたりと認知症予防には最適な要素が沢山含まれておりますので参加してみてもいいのではないでしょうか。

さとうみくのひさつわざ



カット攻撃

腰が立つ

誰にも取れない

ケアテルバドミントン部 将の佐藤 未来です。私は中学の時にバドミントン部に入っており、鼻血を出しながら厳しいトレーニングに励んできました。負けず嫌いの私は初心者相手にも容赦しません。相手の打ちにくい所を狙いセコセコと得点を稼ぐちよっぴりいじわるな主将です。

ケアテル

森の戦士たち

バドミントン編

編集後記

ケアテルのバレーボールチームがついに大会へ出場します。初出場ですが、目指すは「優勝」ということでメンバー全員で勝ちをとっていききたいと思います。

編集員 中丸



かの あさひ
菅野 旭

今回紹介する小人は菅野 旭あさひくんです。お姉さんと顔がそっくりで、大きなキラキラした目がチャームポイントです。園内では、シール貼りなどの細かな手作業にも真剣に取り組んでいて、給食に出てくる苦手な牛乳も今では自分で飲むようになりました。大好きなお姉さんと一緒に通っている仲良しな姉弟です。

森の小人たち