



# ケアテル相談局 ゆめなごやか Vol. 70

Happy  
Halloween



## 令和3年10月1日より、 新体制で支援いたします！

日頃より介護老人保健施設ケアテル猪苗代の運営に際しご理解・ご協力をいただきありがとうございます。

当施設では、令和3年10月1日より本田一幸先生が施設長に就任いたしました。気持ちを新たに、施設長中心に職員一丸となり、ご利用者様、ご家族様の『心の声』に寄り添い、『安心して家に帰れる』というスローガンのもと、切れ目のない支援をしてまいります。今後ともより一層のご理解・ご協力を賜りますよう心よりお願い申し上げます。



ご利用者様とご家族様に寄り添い、支援いたします。

### ゆめなごやか農園



この度、ゆめなごやか農園の畑を大幅に拡張しました！広さはなんと、以前の倍以上です！秋から来年春の収穫に向けて新たに野菜を育てています♪収穫が楽しみです！

### わたし、阿部ゆきは 水耕栽培がかり

「新たな形で水耕栽培挑戦します！」



今回、どのような形で栽培をしようか、悩みに悩んだ結果！酸素ポンプを取り入れることにしたので、ボックス型にしてみました！この中に水と肥料を入れ、常に酸素を注入した状態で育つか試したいと思えます！乞うご期待あれ…。

「あべの必殺アイテム！  
栽培ボックス！！」

Vol.10

### つばやきマイー #9

おばあちゃん命名！ハッピーちゃんです♡



先月、四つ葉のクローバーを掲載したところ、なんと本当にハッピーが訪れました！我が家にとっても可愛い家族が増えたのです！この子猫は心優しく、温かいおばあちゃんに命を救われ、我が家の家族になりました。名前はもちろん「ハッピー」です♡

精神年齢がわかつちゃう!?

まいのワクワク！心理テスト！

Q. あなたは犬を飼うことになりました。でもなかなかついてくれません。仲良くなるためにはどうしますか？

1. エサをやる
2. なでてかわいがる
3. 一緒にボールで遊ぶ
4. 散歩に連れていく

結果は右下のコメントをご覧ください♪

### 【認知症の豆知識④】

認知症の最大の要因は加齢!!  
脳の萎縮や血管のつまりなど予防したいわよね！

<クイズ>

※認知症予防で間違っているのはどれ？

- ① 生活習慣病を予防、治療する
- ② バランスの良い食生活で健康を保つ
- ③ よく歩き、運動する
- ④ 生きがいを持つ
- ⑤ 健康管理は家族が行う

答えは右側にあるわよ〜♡

ケアマネージャー  
おちずの  
小部屋  
4号室



みなさん、こんにちは。家政婦のミカです。今回ご紹介するのは、衣類の首ヨレを防ぐ方法です！Tシャツやカットソーなどお気に入りのものほど頻りに洗濯すると、首回りが伸びたりヨレたりしやすくなりますね。そんな時は、輪ゴムで首元をしばってから洗濯機にイン!!すると元の形をキープしやすく、ヨレや伸びを防いでくれますよ。是非、お試しください！



## 家政婦のミカ

～衣類の首ヨレを防ぐ方法編～ 第9話



Vol.64

ワカコ飯

好き嫌いはなく、美味しいものを探すこと、食べることをこよなく愛しています。今回ご紹介するのは、会津若松市にありますお好みハウス どんどんさんのランチメニュー「ピリ辛ホルモン焼き定食」です！お好み焼きのお店で、何度も利用させていただいたのですが、ランチメニューがあると聞きつけ来店♪♪ピリ辛のタレで炒められたホルモンでご飯が進む！進む！更に何とこのボリュームで600円とリーズナブル！これは食うっきゃない！勿論、この日はお好み焼きも注文！！ランチの時には自分で焼くのは「ちょっとなぁ…」とお思いの方も安心！お店の方が美味しいお好み焼きを焼いてくれますよ！お好みハウス どんどんのお好み焼きも美味しいけれどランチもいんじゃない!?ごちそうさまでした！

クイズの答え…⑤が正解よ！健康管理は自分でね！うふふ！