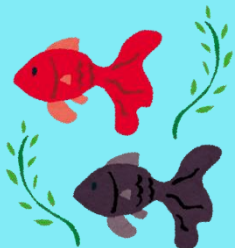




ケアテル相談局

ゆめなごやか

Vol. 90 (令和5年8月)



クラブ活動に注目！！

素敵な作品が完成しました！

介護老人保健施設ケアテル猪苗代では、精神面の活性・認知症の予防・余暇活動の充実を目的に『クラブ活動』を実施しています。

令和5年7月の手工芸クラブでは『七夕吹き流し』を作成しました。色とりどりの色紙の中から好きな色紙を選び、思い思いに作成していただき素敵な作品が完成しました。

手工芸クラブの他にも、音楽クラブや映画クラブ、運動クラブを実施しています。好きなクラブ活動に意欲的に参加されています。

黙々と制作中！



完成しました！

利用料金変更のお知らせ

令和5年8月より利用料金に一部変更がございます。変更の内容については下記の通りです。

【一般入所】

変更前 科学的介護推進体制加算・・・60円/月

変更後 **算定なし**

【通所リハビリテーション】

変更前 科学的介護推進体制加算・・・40円/月

変更後 **算定なし**

※介護保険負担割合によって金額は変動します。



郡山市
いわ舟
さんでした！

ワカコ飯

Season 2

Vol.8

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。さて、今回のワカコ飯は、郡山市にありますいわ舟さんのソースかつ丼です！さぁ皆さん、この大迫力なかつのボリュームをまずはご覧ください！かつの厚さは何と！推定3センチはあろうかと思われまます！サクサクの衣に軟らかいお肉♪そこに甘辛いタレが相まってご飯が進みます！そしてこのボリューム満点なかつ丼が1,000円で食べられるんです♪さらに嬉しいのが、どんぶりや皿盛りを選べるということ！夜は居酒屋さんにもなり、海鮮からもつ鍋など種類も豊富！粋な大将さんと気さくな店員さんがお迎えしてくれますよ♪もうひとつのお勧めは海老天丼！こちらもかつ丼に負けてはいません！是非、ご賞味ください！ごちそうさまでした！！

今さら聞けない... 介護保険のこと



みなさんこんにちは。今回は**介護保険を使わないサービス**です。介護保険を使わないサービスには①市町村の実施する**介護予防事業**と②NPO法人や民間企業が提供する**介護保険外サービス**があります。

介護予防事業では窓口となる市町村または地域包括支援センターで**基本チェックリスト判定**を受けます。チェックリストでは日常的な生活動作や健康状態の確認を行います。

判定結果が要支援相当となった方は介護事業所が提供する「訪問型」や「通所型」のサービスを受けることができます。該当にならない一般の高齢者向けには、**サロンの開催**や**健康づくりの体操教室**などが行われています。



あゆみのいちばん星



厳しい暑さが続いていますね。夏バテの一因は、食欲が落ちること。食欲を増進させるメニューを選び、十分な栄養補給をすることが重要です。

今回のいちばん星は、通所リハビリテーションで行われているイベント食、お誕生日会を紹介します。朝は健康青汁ドリンクを、お昼ご飯には『まごわやさしい』の食材キーワードでバランスの良い健康御膳を提供しています。おやつにはケアテル特製巨大誕生日ケーキを囲んでのお祝いパーティーです！笑顔が溢れるお誕生日会が毎月行われています。いくつになってもお誕生日は嬉しいものですね♪...今月は私もフッフ♪



まいペースに #4 リフレッシュ

なんだか疲れたな、気分が晴れないな...。そんな時！マイペースに無理なく出来るリフレッシュ方法をご紹介します♪



★効果★
・温浴効果により血行が促される♪
・関節や筋肉が柔軟になり、体の疲れをとる効果がある！

★ポイント★
・おすすめは「ぬるま湯で半身浴」！
・おへその上まで浸かるくらいの深さで、38～40度の温度がおすすめ！
・20分程度の入浴が効果的です♪



ともみのザテレビジョン

今回ご紹介いたします、おすすめドラマは **《第四弾》** 誰もが見たことがある！！ 「内田康夫サスペンス 浅見光彦シリーズ」です。初代の主演は辰巳拓郎。歴代の主演に沢村一樹、速水もこみちなどが名を連ねています。私は沢村さんのシリーズが好きですが、皆さんはお好みのシリーズがありますか。

浅見光彦シリーズ
漂泊の楽人

