



# ケアテル相談局 ゆめなごやか

Vol. 91 (令和5年9月)

## 白熱！ ケアテル甲子園決勝戦！！

介護老人保健施設ケアテル猪苗代で行っております『クラブ活動』も甲子園の盛り上がりに合わせて白熱し、たくさんの利用者様が白球を追いかけてました。

利用者様一人ひとりがおつくりになりました球児人形がボールに当たって右に左に躍動し、テレビの応援そっちのけで大きな歓声があがりました。



### Showタイム！

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介護保険外サービスです。

介護保険外サービスには、市町村などが実施するオムツ券やタクシー券などの非営利目的のサービス等があります。また、民間企業が提供する保険外サービスでは、外出の付き添いや配食サービス等、内容や種類が豊富で緊急時にも利用しやすいサービス等があります。

#### 【介護保険外サービスとは】

介護保険サービスで提供できない部分を補う自費サービス



### あゆみのいちばん星



今回のあゆみのいちばん星は、1年ぶりに運行を再開した磐越西線の「SL ばんえつ物語」についてご紹介します。

「SL ばんえつ物語」号は新津駅から会津若松駅区間を11月までの土日祝日に1日1往復走行しています。なかでも私のオススメ撮影スポットは、一ノ戸川鉄橋を走る姿と喜多方豊川駅から姥堂駅までの直線です。今の時期は黄金色の田園風景のなかを汽笛と黒い煙をあげて駆け抜けるSLの姿は圧巻です！ぜひ皆さんも一度足を運んでみて下さい。



## お荷物・書類のお届けのお願い

現在、会津管内の定点把握において新型コロナウイルス感染症が増加しております。

ケアテル猪苗代では、感染対策を実施しながら、面会対応と窓口受付の対応をさせていただいておりますが、今後さらなる感染拡大を防ぐため、できる限りお荷物や書類のお届けを郵送でいただけますようお願い申し上げます。



## ワカコ飯

Vol.9

Season 2

好き嫌いはなく、美味しいものを探ること、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、会津若松市にあります十文字屋さんの磐梯カツ丼です！さぁ、ご覧ください！この大きなカツを…。決して偽造したわけではありません。厚切りトンカツ450グラムがど〜んと大きなどんぶりに降臨♪厚切りトンカツっ硬いイメージがありますが、このカツはそんなことありません！ご飯の盛りも概ね1.5倍！甘辛いソースがカツに絡んでご飯が進みます。想像以上にボリューム満点で大食いの方も今回ばかりは降参しました…。けれど、そんなお客様のために持ち帰りのパックが無料で用意されており、ほんとに良心的なお店です♪パックに持ち帰ったカツは夕飯でいただきました。ごちそうさまでした！！

## まいペースに #5

## 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♪

### 食べたい物を食べる！

- ★効果★
  - ・身体に必要な栄養素を取り入れられる！
  - ・幸福度がアップします♪
- ★ポイント★
  - ・無性に食べたくなる物は、その時に身体が必要としている栄養素であることが多い！
  - ・「太るだろうな～」と思わずに「美味しい～！」と味わうこと♪



## ともみのザテレビジョン

《第五弾》 今月のおすすめドラマは、「タクシードライバーの推理日誌」です。渡瀬恒彦の演技が光るドラマです！皆さんもご存知、渡哲也さんの弟です。渡哲也さんはケアテル猪苗代に以前いらっやっています。話が脱線しましたが、お茶を片手に、ぜひご覧ください。

