



ケアテル相談局

ゆめなごやか

Vol. 93 (令和5年11月)



月に1度の特別な日!

「ケアテル居酒屋」を紹介します!

介護老人保健施設ケアテル猪苗代では、月に一度ご利用者様を対象に「居酒屋」を開催しています。

お飲み物にはビールや日本酒、梅酒、ノンアルコールカクテルなどを用意しています。おつまみには「そばグラタン」「自家製豆腐」などが並びます。そしておつまみメニューは毎月変わります。

この日ばかりは、ご利用者様の笑顔がたくさんみられています。今月の居酒屋の日が楽しみです。

居酒屋



今さら聞けない... 介護保険のこと

みなさんこんにちは。気温も下がってきて暖房が必要な時期になってきました。今回は、介護が必要になるはじまり(兆候)の状態についてご説明します。介護の始まりには大きく3パターンがあります。

①「突然タイプ」

脳血管疾患や骨折が原因で入院し、突然介護に直面するタイプで、退院後に介護が必要になる場合。

②「きっかけタイプ」

家族の突然死などの精神的なダメージが引き金となって、無気力になり身の回りのことができなくなってしまう場合。

③「徐々にタイプ」

加齢による身体の衰えから少しずつ介護が必要になる場合。介護の前段階と言われる「フレイル(虚弱)」に気を付けることで悪化を防ぐことができます。



あゆみの いちばん星



今回のあゆみのいちばん星は、来たる11月15日七五三についてご紹介します。七五三は女の子は3歳と7歳、男の子は3歳と5歳の節目に、これまで健康に育ったことに感謝し、これからも健やかな成長を願う行事です。ケアテル猪苗代では、昼食にお祝い弁当を提供いたします。お祝いにふさわしいお赤飯を予定しておりますので、お食事もしらべに楽しんでいただければ幸いです。



タケヒロク・ホームズ 事件簿

皆さん初めまして。タケヒロク・ホームズこと支援相談員の大和田 雄大(たけひろ)と申します。今後よりコラム枠をいただく事となりました。皆さんはシャーロック・ホームズをご存じでしょうか。イギリス発祥の人気小説の主人公です。ホームズが毎回様々な事件に遭遇しその謎に迫るというお話です。つまり、タケヒロク・ホームズは、たけひろの家(ホームズ)で起こる事件をお伝えしていきたいと思っております!! 今ご期待!!

まいペースに #7 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♪

部屋の模様替え

★効果★
・部屋の雰囲気を変えて気分もリフレッシュ!
・部屋の整理整頓もできて一石二鳥♪

★ポイント★
・季節の変わり目に行うのがオススメ!
・カーテンを変えるだけでもリフレッシュ効果あり!

ワカコ飯

好き嫌いなく、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、二本松市にあります二本松バイパスドライブインの若鶏唐揚げ定食です! ずっと気になっていたこちらのお店、二本松と言ったらこのお方、ゆかりの窓さんと一緒にいよいよお初来店です! 決めていたメニューがあったのですが、すでに売切れ御免とのことでやっぱり好きな唐揚げ定食に即決! カリッと揚がった唐揚げはジューシーでご飯が進みます。ご飯はおかわりできたのですが、欲張りな私はお勧めというチャーハンまで注文していたので、おかわりは遠慮…。みなさん、このチャーハンめっちゃ美味しかったです! 頼んでいる方たくさんいらっしゃったのも納得です! お腹いっぱいです♪ ごちそうさまでした!!

ケアテルのピクチャーコーナー

介護老人保健施設ケアテル猪苗代では、毎月ご家族様へご利用者様の近況報告を送付しております。お手紙はご利用者様が実際に手作りされております。お手元に届きましたら、生活やリハビリの様子をご覧ください!!