

ケアテルにしかない 楽しむリハビリ！！
通所リハビリテーション



広々としたホールでは1人掛けのソファをご用意。ゆったりとお過ごし頂けます。



最新のリハビリ機器を導入。専門スタッフが個別にサポートいたします。



様々なイベントを毎週行っております。
「通所雪まつり」より

森のさんぽ道

発行
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.222
令和4年
2月号

2023年2月 空き状況

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				△	◎	◎
5	6	7	8	9	10	11
	◎	◎	◎	△	◎	◎
12	13	14	15	16	17	18
	◎	◎	◎	△	◎	◎
19	20	21	22	23	24	25
	◎	◎	◎	◎	◎	◎
26	27	28				
	◎	◎				

ご利用を希望される方

担当窓口：阿部

連絡先：0242-66-3500

不明な点等ございましたら、
お気軽にお問合せください！！

①医療機関の対応は？

病院の受け入れや診療ができるのはこれまで感染症指定医療機関や発熱外来など一部の医療機関だけでした。「5類」移行後は幅広い医療機関で対応できるよう、段階的に移行する方針です。

②医療費は？

入院や検査にかかる医療費は、現在は全額公費負担で、患者の負担はありません。「5類」移行後は原則、一部が自己負担になります。ただ、当面は公費での負担を継続した上で段階的に見直していく方針です。

③マスク着用は？

屋内でのマスクの着用は距離が確保できていて会話をほとんどしない場合を除いて着用が推奨されています。厚生労働省は分類の移行とあわせて、個人の判断に委ねる方向で検討しているようです。

④ワクチン接種は？

ワクチン接種は予防接種法に基づいて無料で接種が進められてきました。接種費用の負担を今後どうするかについて、厚生労働省は専門家で作る分科会で議論を行っていて、ことし4月以降も無料接種を続けるか、対象者をどうするかについては今年度中に結論を示すことにしています。



ケアテル
ホットニュース

どうなるコロナ5類



新型コロナ5類移行後の対応案

	現状	5類移行後
感染者	全数把握(簡略化)	定点把握
医療費	公費負担	自己負担ある可能性
入院勧告	できる	できない
医療機関	発熱外来など一部	制度上は制限なし
外出の自粛要請	できる	できない
ワクチン	無料	当面は無料継続
マスク	原則屋外不要 屋内着用	個人の判断に委ねる

レッツ！リハビリ講座

運動療法とはなんでしょう

運動療法とは、運動を行うことで障害や疾患の症状の改善や予防を図ることです。運動療法というと、脳卒中後の身体の麻痺に対するものや、骨折や腰痛などの整形疾患に対するものが主流でしたが、最近では、糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病の改善や予防、心臓リハビリテーション、呼吸リハビリテーションなど、内科疾患に対する運動療法も積極的に行われています。生活習慣病の改善・予防には、運動療法と食事療法が基本となり、必要に応じて薬物療法も併用されます。



森の小人たち

今回紹介する小人は、小檜山奏汰（こびやま かなた）くんです。かなたくんは大きくてウルウルした目が可愛いピクシー（0歳児）クラスのお友達。音楽が好きで、テレビから流れる歌や朝の会の手遊びに反応して、楽しそうに手をたたくて、楽しそうに手をたたくて使っておもちゃで遊ぶより体を動かして遊ぶ方が好きな男の子。あまえばさんな一面もあります。それがまた可愛らしいかなたくんです。



ミニテル保育園
こびやま かなた
小檜山 奏汰さん

編集後記

2月になりました。世の中は、未曾有の値上げ戦争で、電気代や食料品等の値段が日々増加しております。一刻も早くこの状況が改善することを願うばかりです。

大和田

マリアだより

診療所
マリアクリニック

TEL 0242-66-2700

ドライアイの予防法（日常生活）

ドライアイの原因の多くは「目の疲れ」に由来します。正常な涙はとろみがありますが、疲れると涙が水っぽくサラサラの状態になるため、目が乾きやすくなります。まずは日常生活を見直し、目の疲れにつながる原因を取り除くことから始めましょう。

○目を休ませる

パソコン作業などで画面を見るときは、1時間に15分は目を休ませるようにします。



○意識的にまばたきをする

パソコンや携帯電話に集中しすぎると、まばたきが減ります。

○まつ毛の内側のアイメイを避ける

アイメイクで、まぶたの際にあるマイボーム腺を塞いでしまうと、油分の分泌が妨げられ、ドライアイの原因になることがあります。

○加湿器の使用

加湿器で室内の湿度を保ちましょう。また、エアコンの風が顔に直接当たらないようにしましょう。

○抗酸化作用がある食材を摂取

抗酸化作用のある食べ物目は目の疲れを取り、涙の質をよくすると言われています。青魚の油に豊富なDHA、EPA、鮭のピンク色の色素のアスタキサンチン、クチナシやサフランの黄色い色素のクロセチンなどが有効だと考えられています。

求人情報

医療法人ケアテルでは、働く仲間を募集しています。開業して以来、働きやすい職場を目指し取り組んできました。非常に安定した業種とも言えます。就労日数や雇用条件、給与等についてもお気軽にお問合せ下さい。

- ・ 介護士（1名）
- ・ 看護師（2名）
- ・ 運転手（1名）
- ・ 事務員（1名）
- ・ 管理栄養士（1名）

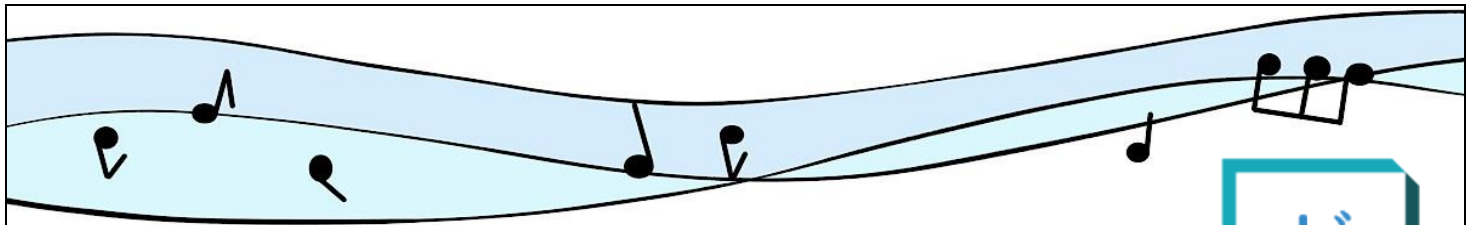
※正規、短時間雇用も相談可。
また、無資格者でも歓迎いたします。
☎0242-66-3500
人事担当…古川

味のさんぽ道

「こまつな」

2月に旬を迎える小松菜は、冬の寒さに耐えようと栄養分を蓄えるため、青臭さが少なく甘みがあるのが特長です。栄養価が高くビタミン身体免疫を活性化にする作用があるβカロテンや骨の健康に欠かせないカルシウムが豊富に含まれています。特に発酵食品の味噌と合わせることで栄養素の吸収が早いため味噌汁などで簡単に栄養を取り入れることができますので、毎朝の食事には欠かせない食材です。





ビッグバンド定期公演会



動画配信も始めました!!

コロナ禍において休演しておりました、ビッグバンド定期公演会を2ヵ月ぶりに再開させて頂きました。医療法人ケアテルが運営するデイサービス及び通所リハビリテーションにて、演奏、歌、踊り、演劇と様々な演目でご利用者様に楽しんでいただく活動です。沢山のご利用者様より「待ってましたよ!!」とお声がけ頂き感激いたしました。

ケアテル

