



# ケアテル

## 職員慰安旅行

2025

1人からいける職員旅行



## 栃木



## 新潟



## 千葉



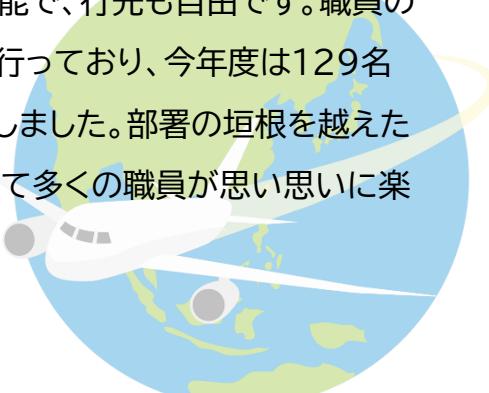
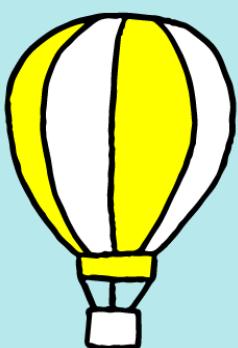
## 東京

医療法人ケアテルでは、今年度も職員の慰安旅行を行いました。1人からでも参加が可能で、行先も自由です。職員の福利厚生として旅費の補助も行っており、今年度は129名と約8割の職員が参加をいたしました。部署の垣根を越えた交流やリフレッシュの機会として多くの職員が思い思いに楽しめました。

# 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. 252  
令和7年  
12月号



# 走走～わたしたち～

福祉用具貸与事業所 和やか



## 実施地域に大玉村を追加！大玉村まで走ります！！



令和七年十一月より実施  
地域に大玉村を追加いたしました。新たに大玉村が加わったことにより、福祉用具を必要とされる多くの利用者様にご提供することができます。

福祉用具をお貸しすることだけでなく、私どもにしかできないサービスの数々をご用意しております。利用者様第一の考え方のもと、利用される方のニーズに寄り添う福祉用具貸与事業所として精進してまいります。

令和七年十一月より実施  
地域に大玉村を追加いたしました。新たに大玉村が加わったことにより、福祉用具を必要とされる多くの利用者様にご提供することができます。



郡山市 千年カフェ さんでした！！

Season4

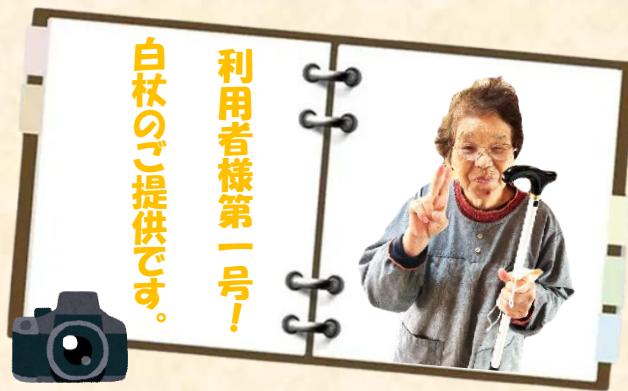
Vol. 1 ウカコ飯

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、郡山市にあります千年カフェさんの鉄板フレンチトースティラミスです！このビジュアル最高過ぎませんか？お味もこのまま、熱々のフレンチトーストの上にティラミスがたっぷりトッピングされていて、口の中に入れると一瞬で溶けてしまします♪罪な食べ物…。見た目より軽い食感とビターなクリームで飽きることなくぺろりです！スイーツって食べると幸福感でいっぱいになります！ウカコはスイーツ気分♪ごちそうさまでした！

白杖のご提供です。

利用者様第一号！



真衣の

## 和やかファーム ダイアリー

2ページ目

医療法人ケアテルをご利用いただいている皆様にチーム和やかが新鮮な野菜をお届けします！

気合十分に、ほうれん草の種まきを実施した翌日！なんと大雨が降りました…。

「雨で種が流れてしまったかな、収穫出来ないかもしだれない…」

いやいや、心配ご無用！すくすくと葉が大きくなり、無事に収穫することができました！

【ほうれん草】



デイサービスやデイケア、ミニテルの皆様に召し上がっていただきました！

福祉用具貸与事業所 和やか 福島県郡山市八山田三丁目4番地

TEL 080-8200-2538 FAX 024-983-8454

# ケアテル 森の名所

介護老人保健施設ケアテル猪苗代

～季節を感じる力～



介護の

チ

カ

ラ

今年の介護支援専門員の試験は残念ながら全員合格に至りませんでした。ですが、1月は介護福祉士に挑戦する職員がおりますので次こそは目指せ合格！

後藤  
介護支援専門員

12月25日にはケイハイキングも予定され、食べたいケイのリクエストもあり、皆さん楽しみにされています。

ケアテル猪苗代でも冬の準備が始まりました。ご利用者の皆様は、家族との思いで話をしながら自然と笑顔がこぼれています。



ショートステイ

お知らせ

年末年始も休まず  
営業しています！  
送迎も致します。  
12月は今だと空き  
あり。お問い合わせ  
はお早めに。 ☺



ひよっこ智美の  
健康の虎の巻⑨

毎日の生活のあらゆるシーンで『手』は活躍し、極めて重要な役割を担っております、「第2の脳」と言われています。「超高齢社会」に突入した日本において、「健康で長生きしたい」と願う私たちにとって、手の健康は見過ごしたくない重要課題のひとつといって良いでしょう。握力がフレイルや認知症の進行と関連していることも報告されています。手と指に適度な抵抗と刺激を与え、手の筋肉を無理なくほぐし、柔軟性を保つことが効果的です。

## 手のストレッチ方法



### 手首の回転

腕を真っすぐ前に伸ばした状態で指を下に向ける。反対の手で持ち上げた手を体の方に引っ張る。3~5秒間キープする。両手で3回繰り返す。



### スポンジ握り

スポンジやストレスボールを10秒間握ってはなす。この動作を両手で10回繰り返す。



### 指のストレッチ

薬指と中指の間を広げ、小指と薬指はくっつけて一つに集めようと努力する。この動作を両手で10回繰り返す。

介護老人保健施設ケアテル猪苗代

福島県耶麻郡猪苗代町大字川桁字元寺 2403 番地1 TEL 0242-66-3030

# グッド・ライフ

## 通所リハビリテーション



### 【外出訓練 in 外食ツアー】



右足から先に!!



運動のあとの  
ラーメンはうまいな！

通所リハビリテーションでは、定期的に外出訓練を行っております。その目的として気分転換だけでなく、屋外での活動の機会を作ることで在宅環境に近い状況での歩行訓練や段差乗降訓練などに繋げております。今回の外出訓練は中ノ沢にある「小西食堂」へ行つてきました。皆様は真剣にメニューを選び、いざ料理が届くと「美味しいそう」と目を輝かせてお腹一杯召し上がつていきました。これからは雪も降り足元が悪い状況になるため、今年度の外出訓練はひとまず終了です。また暖かくなつた時に今よりも元気になつて外出して頂けるよう冬の間も、しっかりとリハビリしていくたいと思います。



### 今月のクラブ活動



通所リハビリテーションでは運動だけでなく、脳トレや手工芸など認知機能の維持を目的にクラブ活動も行っています。毎月、目的を持って作品作りを行っております。今月からは来月のクリスマスに関連した作品を制作しております。いつも皆様お話をしつつ真剣に作業に取り組んでおります。



かけ声をかけながらみなさん必死です

通所リハビリテーションでは、毎月開催していますリセットボディ～体の点検日～ではたくさんの利用者様に参加して頂きました。今回は作業療法士指導の下、全員で立ち座り訓練を行いました。立って座るだけという簡単な動作ですが、体力や筋力の向上が見込めるそうです。ぜひ、一日 10×10 回を目安に皆様もやってみてください。

### リセットボディ

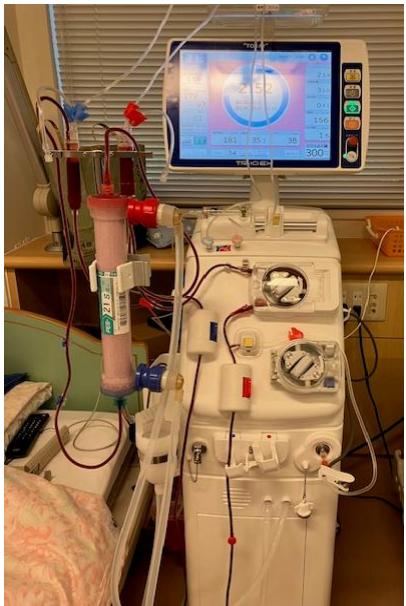
通所リハビリテーション

福島県耶麻郡猪苗代町大字川桁字元寺 2403 番地1

TEL 090-6250-9974

# マリアだより

マリアクリニック



透析患者さまは継続的に透析治療を受けなければならぬため、基本的には中2日以上、透析間隔は空けられませんが、旅行先で透析（臨時透析）を受けられる環境が整えば、宿泊を伴う旅行も楽しんでいただくことができます。

当マリアクリニック 透析センターにおいても、旅行先での臨時透析の受け入れを行っており、毎年お盆や年末年始には多くの予約をいただいています。

当クリニックでは、**臨時透析**ご希望日の3か月前より受付を行っています。定員に限りがありますので、ご希望の際には早めにお問い合わせください。

「ビリビリ」はこの神経が一時的に圧迫されることで起る電気的な刺激の感覚で、通常は痛みや違和感として体験されるのです。



旅行先での透析治療や  
受け入れを行っています

身体の疑問  
くるのはなぜ？

肘をぶつけた時に「ビリビリ」と感じるの

は、「尺骨神経」という、腕の内側を通っている非常に敏感な神経が関係しています。

マリアクリニック

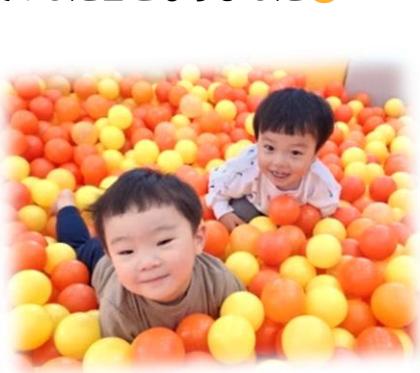
福島県耶麻郡猪苗代町大字川桁字元寺 2403 番地1 TEL 0242-66-2700



### 親子遠足 ~inスマイルキッズパーク~



10月31日（金）に親子遠足を実施しました。今年は初の試みとなる本宮市の「スマイルキッズパーク」へ。室内遊び場と屋外のアスレチック広場で遊ぶことのできる場所で約2時間たっぶりと満喫してきました♪大きなボールプールにダイブしたり、走れるトランポリンではお母さん、お父さんと競争してダイナミックに遊んできました♪天候も良かったので、アスレチックでものびのびと身体を動かす子ども達。時間いっぱいまで遊び尽くして充実のした日となりました😊



### 園外保育～カワセミ水族館～



11月5日に園外保育として町内にあるカワセミ水族館へ行ってきました。タイミングよく、カワウソのご飯の時間を見ることができ、「たくさんたべたねー！」と大興奮な子ども達♪他にも金魚などの色々なお魚さんにくぎ付けて、今年度最後の園外保育を楽しく過ごせました♪



### アマリンいなわしろカワセミ水族館



#### ミニテル保育園

福島県耶麻郡猪苗代町大字川桁字天王坂2413番地16 ガーデンコート14階

TEL 080-2813-0336

# 9時だヨ！全員集合

## ディサービスセンター「ハーブの園猪苗代」



高齢者見聞録



調理場からの火災を想定し、避難訓練を行いました! (^ ^)  
避難場所は上の上公園です。全員車両に乗り込み避難開始!  
日ごろの訓練はとても大事ですね。全員安全に避難することが出来ました。乾燥した空気と暖房器具の使用により冬は火災が起きやすくなります。火の元の確認を忘れずに行いましょう。火の用心!!



全員避難が出来たか指差し確認  
👉 1・2・3 !!



紅葉を見に行こう!!っと張り切って出かけた先に紅葉はほぼ見られず(T\_T)それならばと秋のドライブに気持ちを切り替えて昭和の森に行って参りました。磐梯山はうっすらと雪化粧。紅葉と雪の磐梯山の見事な景色を見ることが出来ました。秋晴れの中気持ち良いドライブをすることが出来、皆様の笑顔が景色に負けない位に綺麗で素敵に見えました ❤️

### 美也子のつぶやき..

施設内からフッと外を見ると、何とも綺麗な虹が出ているではありませんか! しかもこんなに下の方にあるなんて! ハッキリと色が見て眩しい位の虹は見た事がありません。直ぐに色は薄くなり消えてしましましたが、何か良い事が起こりそう♪ と嬉しくなってしまいました。



# Winding Road ~曲がりくねった道の上に To WhiteHouse 幸せが待っている~



デイサービスセンター「ハーブの園会津若松」



## ＼＼くま撃退隊参上



今年はクマの目撃情報や被害も多発しております。ハーブの園会津若松も見晴らしの良い高台にあるため、クマ対策として、爆竹や笛、ヘルメット着用、電気柵等で皆様の安全を守るべく徹底的に対策しております!!

送迎や日常も徹底的に対策しています！！

秋を堪能してきました♪

強清水で新そばペロリ！大満足!!

慧日寺へ。綺麗な紅葉と素敵な笑顔で

～手工芸クラブ作品展～

毎月、季節に合わせて作品を制作しております。彼岸花や赤とんぼ、紅葉など季節を感じられる作品が仕上がりました。

ケアテルディサービスセンター ハーブの園会津若松  
福島県会津若松市河東町八田字坂ノ上176番地1 TEL 090-2367-0027

# 妖精のゆうびんやさん

## ミニテル保育園 こびとのチャペル



子どもの遊び、色々…。



飯豊山もすっかり雪化粧。今年は雪と紅葉の二段紅葉を観ることができ、幻想的でした♪

天気の良い日は、周囲の安全を確認しながら戸外活動を取り入れ、散歩をしては草花に触れたり、虫探しに夢中の子ども達。存分に体を動かして遊びます！

室内では、微細遊びに真剣。マグネットブロックで同じ形を合わせたり、高く積んでみたり。コツを掴むと車や電車、お家等立体的に作り上げができる様になりました。日々、子ども達の遊びを見ていて感じる事。それは、保育士の想いで広がりや展開を制限してはダメだということ。子ども達はどんなことに興味があるのか、大切にしていくことで子ども達ならではの面白い世界に出会えるはずです。



日常のミニコマ ~Diary life~



11月は、保育士2名【高橋・長谷部】が、福島県主催の研修会へ参加しました！



保育は日々変化し、子どもは日々成長しています。どの様な場面においても一人ひとりにあつた保育・援助をすることが求められます。保育士は常に探求心を持って保育に臨んでいきたいものです。



ミニテル保育園 こびとのチャペル

福島県喜多方市豊川町一井字間々上580番地4 TEL 080-6057-9991

# カーペンター'S レター

## デイサービスセンター「ハーブの園きたかた」その



【今月のイベント情報】

月 日は・・

ポッキー＆プリツの日

【今月はポッキー＆プリツの日】

ハーブの園きたかたで行うイベントの様子を紹介していきたいと思います。今月はみんな大好きポッキーの日です。ポッキーに見立てた色とりどりな棒を崩さずに引き抜いていくゲームにみなさん大興奮!!崩れそうでくづれない。そんな展開にハラハラ、ドキドキした一日でした。

今月のベストフォト集!



ケアテルデイサービスセンター ハーブの園きたかた  
福島県喜多方市豊川町一井字間々上 580 番地 4 TEL 0241-23-5330

# 経営管理室 NEWS !

ケアテル初の試みとして先月より卸売市場からの食材の買い付けを始めました。世の中では物価高騰が続き様々なものが値上がりしておりますが、今までと変わらない価格で皆さまに新鮮で旬な野菜や卵を使用したお食事を提供したく開始いたしました。

市場での買い付け時には“買出人の証明書”である緑や青の帽子をかぶり仲卸業者より購入を行います。

今後もおいしいお食事の提供ができるようこれから来る冬の寒さに負けず食材を仕入れてきます。



新鮮な食材を皆さんに  
お届けいたします！



各事業所の紹介やアクセス動画などを  
Youtubeに投稿しております。  
ぜひ、ご覧ください！  
チャンネル登録もよろしくお願いします！

“医療法人ケアテル”  
の魅力を発信中！



ヘルパーセンターの紹介動画を先日公開！  
事業所紹介は8作目まで投稿しております

▼ホームページはこちらから



医療法人ケアテル



YouTubeチャンネル

「ケアテル Youtube」で検索！



医療法人ケアテル

福島県耶麻郡猪苗代町大字川桁字元寺 2403 番地 1

TEL 0242-66-3030 FAX 0242-66-3501