

ケアテル 職員から職員リレー



森のさんぽ道



私の元気の源
(福ちゃん)



自己紹介

医療法人ケアテルに入職して早いもので、今年で3年目を迎えました。これまで病院勤務において、医師と共に病気に向き合い、治療に専念してまいりました。介護老人保健施設ケアテル猪苗代では、お元気な方も多く入所されており、ご利用者一人ひとりに丁寧に向き合い、残存機能を生かした支援を行いながら、在宅復帰を目指しております。今後も持ち前の笑顔と行動力を大切に、ご利用者様が安心してご自宅へ戻れるよう、支援に努めてまいります。

趣味

旅行
釣り（フライフィッシング）

大切にしていること

健康！自分自身が身体も心も健康でなければ、大事な入所者様のお世話はできないと考えており、休日は趣味やペットの猫と遊びリフレッシュしてパワーチャージしています！

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.254
令和8年
2月号

走走～わたしたち～

福祉用具貸与事業所 和やか



ご利用者様への恩返し第二弾！「思い出アルバム」

無料サービス2

「思い出アルバム」



あの日を記憶する
思い出を残しませんか？

当事業所では、利用者様が安心して自立した在宅生活を営めるよう、幅広い福祉用具のレンタル・販売サービスを行っています。

今回は無料サービス第二弾のご紹介です。その名は思い出アルバム。このアルバムに日常の様子や福祉用具の活用状況を写真に収め、「記憶」として振り返ることが出来るようお渡ししています。

思い出アルバムが生活の彩りとなり、手に取る皆様に笑顔が増えることを願っています。



郡山市 ミオ・パスタ さんでした！！



和やかカメラ



Season4

ワカコ飯

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、郡山市にありますミオパスタさんの海の幸のクリームスープパスタです！ミオパスタさんと言えばスープパスタが有名と聞きつけ来店しました。寒い今の季節にぴったり！さらっと飽きのこないスープにパスタが絡み、人気メニューなのも納得です！更に別皿の明太子を入れるとまた別のパスタに大変身！ピリッと明太子のアクセントに舌鼓♪身体も心もポッカポカ…。食べることは生きること。心も満たされました♪ごちそうさまでした！

真衣の 和やかファーム ダイアリー 4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で新鮮な野菜をお届けします！

日にち:令和7年8月26日(火)その2 天気:晴れ
会津地方のじゃがいもは、春に種芋を植えるのが主流ですが、私たちは秋蒔きにチャレンジ！

みるみる成長して、あとは花が咲くだけ…。

なかなか花が咲かないまま、収穫の日を迎えました！が…、土を掘ってビックリ！！ゴロゴロと大量のじゃがいもを収穫する事ができました！

【じゃがいも】



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



～手先の力～

介護の

チ

カ

ラ

今年の節分は2月3日、
恵方は南南東です。利用
者の皆さんと、豆まき用
の枀を、鬼風にアレンジ
し作成しました。
渡部家は、節分に豆まき
をしないという言い伝え
はご存じでしょうか。平
安時代の武士、「渡部綱」
(わたなべのつな)が鬼を
退治した伝説に由来して
います。私の祖母は渡部
家であり、豆まきをして
いなかったことを思い出
します。
1月25日、ケアテル職
員5名が、介護福祉士の
国家試験に挑みました。
3月19日が結果発表ま
で楽しみに待ちたいと思
います。

支援担当 佐藤

ひよつとこ智美の

健康の虎の巻⑩

年齢を重ねるにつれ、転倒の危険性が高くなります。転倒予防には下半身の筋力が重要とされています。立つ・座る・歩くなどの基本的な動作に必要な下半身や体感の筋力トレーニングを行い、1日でも長く健康に過ごしましょう！！

【転倒対策・座ったままできる運動】

つま先の上げ下げ

かかとの上げ下げ

膝を伸ばして
3秒キープ



両足を軽く前に出し
つま先を上げ下げする



かかとをしっかりと上げて
かかとを下ろします



両足を軽く前に出し
つま先を上げ下げする



ご利用者様は日々一生懸命リハビリに取り組まれております。しかし、中には機能の低下、精神状態の変化も見られます。適正な要介護度を見直すため、要介護度の区分変更申請を行っております。申請の際は、お気軽にお尋ねください。

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



「今年のご目標」



通所リハビリテーションでは、新年最初の行事として新年会を開催しました。たくさんの方にご利用者様に参加いただきました。午前中は皆様今年の目標を考えていただき、一人一人それぞれの個性が溢れた色紙を作成していただきました。

昼食はお重弁当をご用意し、お赤飯や会津の郷土料理のこづゆなどを召し上がり、いつもと少し違う雰囲気にご利用者様は「いいね、おいしう」など、とても喜んでいただきました。午後はポッチャというスポーツをみんなで行いました。皆様真剣に取り組んでおり、自分だけでなく、他の方の応援にも熱が入り、歓声が上がっております。

色々な地域で初市が行われている中、通所リハビリテーションでも初市を開催しました。皆様が協力して作成した巨大な鳥居ややしろを設置してお参りやくじ引きも行いました。出店もあり、ご友人同士でお好きな物をお腹いっぱい召し上がっております。

午後は羽子板を使用した風船バレーを開催！それぞれ真剣に勝利を目指して取り組んでいる姿がとてもかっこよかったです。

【ケアテル初市】



手作りだるまで運氣上昇↑



巫女さんと一緒に!!

今月のお誕生日



今月のお誕生日会では、以前民話の会に参加していたご利用者様に皆様の前で紙芝居を読んで頂きました。紙芝居を聞く機会がほとんどなくなり、皆様昔を思い出し真剣に耳を傾けておりました。ご協力いただきました黒澤様ありがとうございました。紙芝居のあとは、もちろん巨大ケーキを準備し、お誕生日のご利用者様のお祝いをさせていただきました。

お誕生日会

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 \ 確認しよう /

新型コロナの最新症状や潜伏期間



日本国内では「NB.1.8.1 株(ニンバス)」が主流株となっています
「ニンバス」は、これまでにない**強烈などの痛み**が特徴です

とくに「カミソリでのどを切られたような激痛」と表現されるほど、印象的な痛みがあらわれます。飲み込むのがつらい、声を出すのも痛いと感じるほどの症状です。



以前と比べると味覚・嗅覚障害はあらわれる頻度が減ってきているため、2025年時点の傾向として、症状があらわれても風邪だと思い込むことにより自宅で一旦様子を見ている人が増えており、その間に感染を拡大させてしまう可能性があります。

ですから、症状があらわれたタイミングですぐに医療機関を受診することをお勧めします。

ひきつづき、**マスク着用・手洗い・うがい**を行い、感染予防に心がけていきましょう。

からだのクイズ

冬は乾燥肌の時期。保湿剤であるワセリンのはたらきはどっち？

皮膚の水分が逃げないようにふたをする

皮膚に浸透して水分を蓄える

正解 皮膚の水分が逃げないように“ふた”をする

保湿剤の働きは 2 種類あり、①皮膚の水分が逃げないように“ふた”をする「**保護**」と、②皮膚に浸透して水分をたくわえる「**保湿**」があります。**ワセリンは保護**の代表です。

コツ 化粧水や美容液、湿ったタオルなどで水分を含ませてから少量のワセリンでふたをし、こすらずスタンプのように置く、「**保湿してから、保護**」がコツ

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 TEL0242-66-2700

minimini

ミニテル保育園



伝統行事 団子さし

1月14日に会津の伝統行事「団子さし」を行いました。赤、緑、黄色の3色団子作りでは、団子粉に食紅で色を付け、一生懸命上手に丸める子ども達 ✨ 事前に作っていた子ども達お手製のだるまや今年の干支「午」の飾りも団子と一緒に飾りました。「良い年になりますように…」と願いを込めて、水木の枝に一つ一つ飾りつけをし、とても素敵な木に仕上がりました 😊



楽しい雪あそび

厳しい寒さの中、お天気の良い日はリステルのスキー場でソリ滑りや、雪あそびを楽しんでいます♪風が冷たい時もありますが、寒さに負けず元気いっぱい楽しむ子ども達の姿は頼もしいです 😊



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

デイサービスセンター「ハーブの園猪苗代」



ハーブの園猪苗代では、1月に利用者様と一緒に書初めを行いました。今年の抱負など皆様思い思いの文字を書きいただきました。職員一同、皆様と一緒に笑って泣いて最高の1年を共に過ごしていきたいと思っておりますので、今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



令和8年1月28日でめでたく100歳を迎えられました。カラオケがとてもお上手で、「岸壁の母」が18番です。いつも笑顔で、時に毒を吐く！それが長生きの秘訣だと教えて下さいました。お風呂上りにはお顔にクリームを塗って保湿をし、女子力高い千代子様です。今年も一緒に沢山楽しいことをして元気に過ごしましょうね💎

美也子のつぶやき…

今年のお正月は栃木県にありますが大前神社へお参りに行って参りました。「だいこく様とえびす様を祀る開運招福」の神社として有名だそうです。大きくてカラフルなえびす様が立っており迫力があります。出店も沢山出ており、そちらも魅力的でしたよ❤️今年も良い年になりますように。



ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代

福島県耶麻郡猪苗代町大字千代田字トヤガ崎 38-1 TEL 0242-62-5226

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^{その}会津若松」

重要な
お知らせ

令和8年2月より

地域密着型通所介護

となりました!!



地域密着型通所介護とは・・・1日の利用定員が18名以下のデイサービスの事です。

ハーブの園会津若松は、1日の定員が15名となります。

また利用して頂ける地域が限定されており、主に「会津若松市在住」の方が対象となります。ご利用頂いてる曜日や時間、食事や入浴の提供、機能訓練やクラブ活動等、サービスの内容は今までと変わりませんのでご安心ください。

定員が15名となり、今まで以上に皆様のニーズに柔軟に対応していければと思います。

ハーブの園 新年会



毎年恒例!! 2026年も新年会を開催しました。皆様の健康を祈願し、お神酒をいただきました。その後願いを込めて絵馬を作製し、ハーブ神社へ飾りました。2026年も、怪我なく健康で過ごせますように・・・。



～手工芸クラブ～

かわいいミニしめ縄&縁起物の熊手の制作を行いました。熊手は、幸運や金運、商売繁盛などの福を「かき集める」縁起物だそうです。「運を驚づかみする」という意味も込められていて、華やかな装飾が特徴です。今年の運を驚づかみするべく、色鮮やかに完成しました!!



ケアテルデイサービスセンター 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

妖精のゆうびん屋さん

ミニテル保育園 こびとのチャペル



団子さし



1月15日(木)、「団子さし」を行いました。

0歳児さんは保育士と一緒に、1・2歳児さんは自分で水木の枝に団子やだるまの飾りつけをしましたよ！小さな手で一生懸命に団子をこねたり、飾りつけをする姿は可愛らしく、子ども達の成長を感じる瞬間でした。「今年1年、健康で元気いっぱい過ごせますように・・・。」



日常のミニコマ ~Diary life~



美容師歴〇〇年
ご要望にお応えします！

毎月、好評をいただいております“ヘアカット✂”
第2・第4水曜日に実施しております。
人数に限りがございますので、ご予約はお早めに！

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」

シン・事業所紹介 2026

「段差を想定した歩行訓練」



「階段昇降訓練」



「音楽に合わせた集団体操」



機能訓練を実施するようになりました。
個別機能訓練とはご自宅での身体状況や生活動作などを元に機能訓練指導員が計画を立てて運動を行うものです。「段差につまずきやすい」「立ち上がりにくくなった」などご利用者様の状態に合わせた運動を実施します。いつまでも元気に過ごせる様に職員一同でサポートしてまいりますのでお気軽にご相談ください!!

【ご利用者様一人一人に合わせた訓練内容】

「個別機能訓練」とは・・・

ハーブな日常 Photo Diary



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!



経営管理課の古川と磯部。実はそれぞれ管理栄養士・栄養士の資格を持っているんです。そんな私たち2人ですが、現在ハーブの園会津若松にて食事のイベントを毎週開催しております！先月は“全国うまいもの巡り～山形VS北海道～”と題して山形牛すき焼き御膳やカニ鍋御膳を中華ビュッフェではとろ～りやわらか豚の角煮、ふかひれスープなどを提供いたしました。今月もハーブの園でしか食べられない料理を提供いたします。ぜひ、ご参加ください！



古川

“恵美&成美の
mini ミニコンサート”で
歌や楽器の音色もお届けします



磯部

【お問い合わせ】

ケアテルデイサービスセンターハーブの園会津若松

TEL: 090-2367-0027



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祈いします！

“医療法人ケアテル”

の魅力を発信中！



▼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！

ケアテル

みみより情報

ショートステイはケアテルにお任せ！

介護老人保健施設ケアテル猪苗代ではショートステイという介護サービスをご利用できます。そんなケアテルのショートステイの魅力をご紹介します！

- 👉 365日対応いたします
- 👉 朝6:00～夜20:00まで送迎を実施しております
- 👉 朝食、夕食の対応も可能です
- 👉 ご利用時には衣類袋、お薬ケース、大きなバッグを貸し出しいたしますのでご家庭でのご準備は不要です



介護老人保健施設 ケアテル猪苗代

1日あたりの利用料金の概算（介護3の場合）

¥8,700（食事代等を含む）でご利用いただけます

※詳しくは ☎ [080-1693-8271](tel:080-1693-8271)

担当：阿部までお問い合わせ下さい



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