

ケアテル 職員から職員！



★ミニテルからのお知らせ★

ミニテル開園当時のお子様が1番のお兄さんは今や19歳！これまでたくさんの同窓生が巣立っていきました。このたび1期生・2期生のお子様と保護者様をお迎えし、初めての『ミニテル同窓会』を予定しております。お知らせが届いた際にはぜひご参加いただければ幸いです。



念願のトイストーリーホテルへ。
夢の国を満喫してきました♪



自己紹介



ミニテル保育園がスタートして16年目を迎えました。1期生として入園した我が子も高校1年生・・・時の早さを感じています。昨年度から園長を仰せつかり、慣れない業務に四苦八苦しましたが、家族や友人の応援とミニテル職員の支えのおかげでこうして頑張ることができています。ミニテル保育園は、少人数だからこそできる細やかで丁寧な保育が魅力です！子ども達の笑い声がいつまでも響くよう、職員がひとつになって子ども達の成長と保護者の皆さまのサポートに努めていきたいと思います。

趣味

- ・ひとり旅（気ままに行くのが好きです）
- ・パン屋&カフェめぐり
- ・ドライブ ・楽天の野球観戦 など

大切なもの

娘と息子と3人で大笑いして過ごす時間が大好きです！娘が成人を迎え、子ども達と過ごせる時間も残りわずかなので、何気ない日常を大切にしたいと思います。

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.260
令和8年
8月号

走走～わたしたち～

福祉用具貸与事業所 和やか



レンタルだけじゃない！？福祉用具の販売も取り扱ってます！

自分だけの使いやすい
福祉用具をお手元に！



福祉用具貸与事業所和やかでは、レンタルだけでなく福祉用具の販売にも対応しています。販売品は浴槽手すり、シャワーチェア、ポータブルトイレ等の衛生用品の他、杖や靴など幅広い用品を新品でご用意することが出来ます。また、ご利用いただく販売品のご提案から商品説明まで私どもが懇切丁寧をモットーにサポートいたしますので、いつでも安心してご相談ください。

自分だけのものを長く大切に
お使いいただく商品のご用命は
当事業所にお任せください。



郡山市 丸保寿し さんでした！！

Season4
Vol. 8

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、郡山市にあります丸保寿しさんのランチ刺身定食です！郡山市喜久田町周辺をパトロール中、丸保寿しなるお店を発見！気になって入店させてもらったら…。お寿司ランチがリーズナブルなお値段で食べられる人気店だったのです！握り寿司は勿論、定食から丼物までメニューも豊富で、新鮮で美味しい海鮮に満足、満足！！ランチって油もの多くなりがち。やっぱり和食ってほっとしますよね！いいね♪ごちそうさまでした！

和やかメラ

これで安心して
新聞を取りに行けます！
あがりかまち用手すりの
ご提供でした！

和やかファーム New ダイアリー 10 ページ目

冬の畑に植えたニンニクが、暖かい陽ざしを受けてぐんぐん育ち、ついに収穫の時を迎えました。

昨年11月にホワイト六片にんにくを植えました。今年の6月末にようやく収穫。ニンニクをオイルでじっくり焼くと、香ばしい香りが広がります。外はカリッと、中はほくほく。冬の間にじっと力をためていた命が、今こうして食卓に温もりを届けてくれています。



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



～物づくりの力～

夏の季節がやってきました



介護の
チカラ

猪苗代の花火大会も近づき、地域が少しずつ夏の色を帯びてきました。施設では、画用紙の上に髪取りシートを重ねて塗り、思い思いの花火を作成しています。「昔は家族で花火大会に行ったんだよ」とお話が聞こえました。夢中になると水分補給を忘れがちになるため、声掛けを行いながら、製作時間を楽しんで頂いています。

今年の八月十六日に猪苗代にて開催される花火大会では、約二千発の花火を打ち上げる予定とのことです。

支援担当 佐藤

室料・食事費の変更のご案内

先日よりご利用者様・ご家族様へご案内しておりますとおり、厚生労働省による食費基準額の引き上げ及び物価高騰の影響を受け、当施設では令和8年8月1日より室料・食事費を改定いたします。誠に申し訳ありませんが、何卒ご理解くださいますようお願い申し上げます。

厳しい暑さが続いています！「涼しい環境で「ハビ」をしたい」「少し休みながら過ごしたい」そんな方は、ショートステイのご利用をぜひご検討ください。
入所のお問い合わせも阿部まで。



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

マリアだより

マリアクリニック

夏バテを防ぎ、暑さを乗り切ろう！



夏バテとは、夏の暑さや湿度などの気候条件や、過度の暑さによって、疲労を感じたり体力が低下したりする状態を指します。梅雨明けすると暑くなりますので、より一層の対策をしていきましょう。

症状について

自律神経機能が低下することにより

頭痛・めまい・だるさ・むくみ・イライラ・眠気などが起こります。

暑さにより食欲がなくなることで栄養が不足し体調不良になったり、汗をかくことで体内の水分が失われ脱水症になったりもします。



予防と対策方法

①食事

- ・ 栄養バランスのとれた食事
(不足しがちなタンパク質・ビタミン・ミネラルを摂る)
- ・ 温かい食事を食べる
(冷たいものばかり食べると胃腸に負担がかかります)



②水分補給

- ・ こまめな水分補給
(のどが乾いたら飲むのではなく、定期的に意識して飲む)
- ・ お酒・カフェインは控える
(利尿作用がある為、アルコールやお茶・コーヒーは控えめに)



③睡眠

睡眠の質を上げる工夫

- ・ 温度：約28度/湿度：50～60%を目安に、エアコンや扇風機を活用しましょう。
- ・ タイマーを設定し、一晩中かけ続けられないことも大切！
- ・ 風が直接、体に当たらないように風向などを調節しましょう。

④汗をかく

- ・ 軽く汗ばむ運動
(ウォーキングやジョギングなど。熱中症には気を付けよう！)
- ・ お風呂に入る
(暑くてもシャワーだけではなくお風呂に浸かりましょう。)



ここでクイズ！！

夏の代表的なフルーツと言えばスイカですが、スイカはどれくらいの水分を含んでいるでしょうか？

1. 50%くらい 2. 70%くらい 3. 90%以上

3. 90%以上



スイカはなんと 90%以上が水分です。スイカはカリウムという疲れを取ってくれる栄養もあり、夏のおやつにぴったりです。

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

グッド・ライフ

通所リハビリテーション



外出訓練 i n 道の駅猪苗代



どれにしようかな～

歩行が大事!!



あれおいしそう!!



なにかあるかな～

今月の通所リハビリテーションでは外出訓練として【道の駅 猪苗代】に行ってみました。何回か行った事がある方もいましたが、初めての方も多くいらっしゃり、普段の買い物ツアーとは違い「どんなものが売っているんだろう」、「どんな感じなのか」と行く前から楽しみと不安が入り混じっている様子も見られました。実際に行ってみると店内は綺麗で自分や家族にお土産を買ったり、売店でアイスを買って食べるという利用者様もいました。中はともかく、歩行練習として良い外出訓練となりました。



カレーもうまいぞ♪

暑い時には
冷やし中華!!



今月も通所リハビリテーション恒例の小西食堂へ外食ツアーに行ってみました!!
今回はとても外が暑かったので“冷やし中華”が一番人気となっておりました。普段は少食な利用者様も自分が注文した好きな物はたくさん召し上がっていて見ていてとても気持ち良いくらいでした。

外食ツアー
in 小西食堂

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

minimini

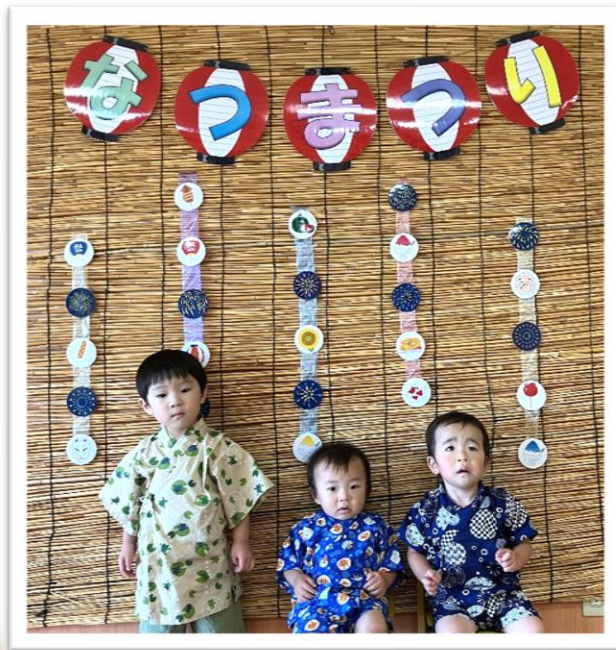
ミニテル保育園



保育園体験会



7月27日(月)にミニテル保育園夏まつり&保育園体験会が行われました。2名の0歳児さんが体験会に参加し、縁日やスイカ割りを楽しみました♪甚平を身にまとった在園児さんもくじ引きや的当て、わたあめ屋さんに金魚すくいまで思う存分満喫していました✨スイカ割りでは子ども達が順番に棒で力強く叩いていき、なかなか割れずに苦戦しつつも、最後にやっと割れると大喜び😊午後のおやつに美味しくいただきました🍉



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」



七夕まつり★

今年も願いを込めて短冊に願い事を書いて頂きました。多くの皆様は足がよくなりますように！腰がよくなりますように！とお体の事を書かれておりました。昼食は七夕食でちらし寿司や天ぷら盛り合わせ、茶わん蒸し等のご馳走を召しあがっていただきました♡



花の名前はランタナ。ピンクと黄色やオレンジとピンクなど2色の花がとても不思議で可愛らしく咲いています。しかしながら毒があり鋭い棘があるため、見かけても触らないでくださいね。



美也子のつぶやき…

今年の磐梯祭りは利用者様のご家族様が演奏に出られるとの事で行ってまいりました。とっても素敵なギター演奏で心がほっこり(^_^) 演奏を聴いた後はもちろん出店を堪能！自宅に帰り購入したものを広げてみると…肉、肉、肉三昧。こんなに買ったっけ？よっぽどおながすいていたのかしら。伊佐須美神社まで足を延ばし、参拝をして身も心も癒された1日を過ごしました。



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～



♪ スモールバンド# ～サザエさん一家編～



今月のスモールバンドは皆様おなじみのサザエさん一家をコンセプトに行いました!! 主役のサザエさんはもちろん、カツオや波平になりきり演奏やダンスを披露させて頂きました。みなさん、どのキャラクターだか分かりましたか?

～クラブ活動～



手工芸クラブにて季節に合わせてさまざまな作品を制作しております♪ ご利用者様が制作された数々の作品で、ハーブの園の室内は夏らしくとても賑やかです♪

★機能訓練★

その 3

ハーブの園会津若松には「柔道整復師」という国家資格をもった職員が、機能訓練指導員として配置されております。

機械でのマッサージとは違い、人の手でひとりひとりに合わせてコミュニケーションを図りながらリラクゼーションを行っております。

ゴットハンド静香のリラクゼーションは、ご利用者様からご好評いただいております♪



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

プール開き

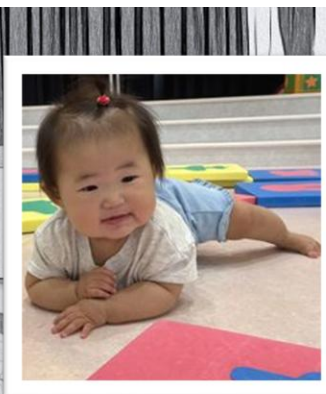
大きな水しぶきをあげて、水面を大きく叩いてみたり、お友達といっしょに手作り玩具で水を汲んでみたり、思い思いに水の感触を楽しみながらニコニコ笑顔で遊ぶ子ども達。酷暑が続く、実施できる日も限られてきてしまいますが、こまめな水分補給と十分な休息を取り入れながら、夏ならではの遊びを楽しんでいきたいと思います！



日常のミニコマ ～Diary life～

はじめは不安や戸惑いから泣いていたピクシークラス【0歳児】の子ども達。今では毎日一緒に過ごす保育士とお友達に親しみや安心感を抱き、たくさんの笑顔の花を咲かせています。自分の気持ちをストレートに表出してくれる子、お兄さんやお姉さんが大好きで同じ空間にいたい子、大人の表情や動作をよく観察している子、体を動かして遊ぶことが大好きな子。

これからも個々に寄り添い、それぞれのカラーを大切にしながら丁寧な保育に努めて参ります。



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^{その}きたかた」



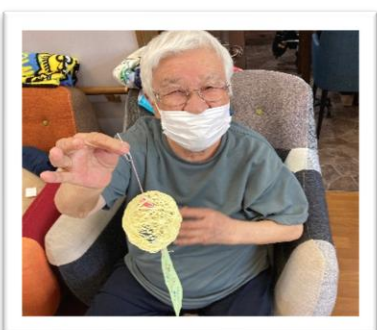
③ボンド水で固めて
風船から外す



①糸と風船を用意



④短冊と鈴をつけて完成!!



②風船に糸を巻き付ける



夏も本格的に始まり、厳しい暑さが続いていますね。ハーブの園きたかたでは皆様に少しでも涼しく過ごしていただけるように風鈴作りを行いました。今回の風鈴作りは「糸」を使って「鐘」の部分を作成しました。好きなように糸を風船に巻き付けてから水に薄めたボンドを塗り固めます。風船から外すと自分だけのオリジナルの「鐘」が出来上がります。そこに鈴と短冊をつけると世界に一つだけのオリジナル風鈴の完成です。ホール内に皆様の風鈴を飾ると優しい鈴の音色に包まれ、さわやかな空間に様変わりしました。皆様も簡単な材料で作成できますので是非お家で作ってみてはいかがでしょうか!!

「涼しげな色とりどりの風鈴たち」

初夏のイベント情報!!
「オリジナル風鈴作り」の巻

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

○○に挑戦!

第3弾はウクレレと歌による演奏やフラダンスを参考にした踊りに挑戦!

ハーブの園会津若松にて毎週開催している食事イベントのひとつに“恵美&成美の mini ミニコンサート”として披露させていただきました。利用者様にも一緒に歌っていただいたり、手拍子で参加していただいたりと食事はもちろんそれ以外の時間も楽しく過ごしていただけたらうれしいです。今後も様々なことに挑戦してまいります!



～ウクレレ&歌～



～島人の宝の曲にのせて～

編集後記

成美のとある1日…

～Vol.4～

先月の初めに新婚旅行として北海道へ行ってきました磯部です。

梅雨がないと言われる北海道。本州とは違い、カラッとした暑さで夏でもとても快適に観光を楽しむことができました。4泊5日の旅行で札幌や富良野、小樽、函館を巡り新鮮な海の幸、ラベンダー畑や雄大な景色など北海道ならではの魅力にたくさん触れ、心も体もリフレッシュできた旅行となりました。ただ一つの心残りは不漁で活イカが食べれなかったこと。活イカを目的にまた行きたいと思う今日この頃です。

今回の旅行での楽しさや感動を利用者様におすそわけしたく、今月末にハーブの園会津若松にて「行ったつもりで北海道」イベントを開催いたします。お楽しみに!



富良野ラベンダー畑

みみより情報

ケアテル YouTube にて

全世界に情報を発信！

「ケアテルってどんな事業所があるの?」「どんなサービスをしているの?」そんな質問にお答えするため医療法人ケアテルで運営している事業所の魅力を紹介する動画を投稿しております。

また「事業所まではどう行ったらいいの?」という方に向けて経路動画も投稿しております。皆さま、ぜひご覧ください！

▼ホームページはこちらから



医療法人ケアテル



YouTube

YouTube チャンネル

「ケアテル Youtube」で検索！



ケアテル吾妻苑

ハーブの園 猪苗代

ハーブの園 喜多方

こびとのチャペル

ハーブの園 会津若松

喜多方
裏磐梯
磐梯
猪苗代
表磐梯
猪苗代湖
会津若松

福島

ケアテル猪苗代

マリアクリニック

ミニテル保育園

福祉用具貸与事業所 和やか

郡山

須賀川

白河

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