ケアテル 職員から職員リレーⅣ

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.263
令和８年
11 月号

令和９年度 園児募集

令和９年度の入園申込が始まっております。当園は５名の受入枠がございますのでご希望の方は、喜多方市へお申し出ください！

ミニテル保育園
こびとのチャペル
園長
五十嵐　潤子



こびとのチャペルの特徴
「手ぶらで保育！」

① 園生活で必要なものはすべて園が準備！
（例：お布団、シーツ、エプロン、オムツ、等）
② ご自宅から園まで園児の送迎も実施！

働く保護者様の負担を減らすことを目的に、
「手ぶらで保育」を実施しています！

自己紹介

私が医療法人ケアテルに入社して、今年で１４年目を迎えました。 また、今年は保育士として携わり、２０年という節目の年であります。９年間ミニテル保育園で勤務し、令和４年４月、ミニテル保育園こびとのチャペルの開園に伴い園長を仰せつかり、現在に至っております。ミニテル保育園こびとのチャペルの保育理念でもあります『愛と温もりに満ちたなかで自分らしく生きる』は、子ども達が遊びや生活を通した様々な体験から、たくさんの笑顔の花を咲かせ、自分のカラーを大切に真っすぐに成長していきます様、願いが込められております。これからも、たっぷりの愛情と温もりの肥料を絶えず与え続けられる保育園作りに努めて参ります。

趣　味

- 韓国ドラマを見ること
- 愛犬とドライブ＆ショッピング

私の座右の銘

「明日は明日の風が吹く」
失敗しても、上手くいかなくても大丈夫！
明日はまた違った明日が来るから。

走走～わたしたち～





福祉用具貸与事業所　和やか

「無料レンタルサービス特典」継続中です！

介護ベッドレンタル特典



- ○バッグ　○おしりふき
- ○手袋　○薬ケース
- ○おむつ用ゴミ袋



車いすレンタル特典



- ○車いす用バッグ
- ○車いすネームタグ



当事業所では、介護ベッドと車いすをレンタルいただいたご利用者様を対象に「無料レンタル特典サービス」を実施しております。

介護ベッドと車いすをご利用いただく際の便利品としてご提供しておりますが、それ以外にもデイサービスや受診の際のバッグとしても大変重宝する便利品でございます。用途は様々にご活用いただければ幸いです。



郡山市湖南町　太田屋食堂　さんでした！！

Season4 Vol. 11 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、郡山市にあります太田屋食堂さんの赤はら天ぷらうどんです！やっとお邪魔できました♪楽しみにしていた赤はらの天ぷらを実食！サクッとした歯触りなんですが、身はふわりとして最高に美味しい！さすがですね！赤しそジュースと天ぷらまんじゅうもいただきましたが、全部美味しかったです！笑顔溢れる愛情いっぱい、湖のほとりでいただく絶品ご飯。心まで穏やかになりました♪また行きます！！ごちそうさまでした！

和やかメラ



今月のイチオシ！福祉用具

クオラONE 2モーターベッド　おすすめ商品



月額レンタル　介護保険利用ご利用料金↓
￥5,800　1割 580 円　2割 1,160 円　3割 1,740 円

ボタンひとつで背中を起こし、ベッドの高さも調節できます。起き上がりや立ち上がりをサポートし、毎日の生活をより快適に！

介護保険、自費でもレンタル可能！
お問い合わせお待ちしております！

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

～学びの力～　新しい知見を日々のケアへ

介護のチカラ





猪苗代では稲刈りも終わり、晩秋の冷え込みが深まる季節となりました。

十月七日から九日に開催された国際福祉機器展では、最新の福祉機器やＩＣＴの進化を実際に体験し介護現場の安全性・効率化に向けた新たなヒントを得ることができました。

十月二十二日・二十三日に全国老健大会に参加し、全国の施設による演題発表を通じて、最新の取り組みを学ぶことができました。

季節の変わり目ですが職員一同、働きやすい環境づくりと利用者様の安心につながる取り組みを続けてまいります。

支援担当　佐藤

施設見学の受入れを再開しております



新型コロナウイルス感染症の流行期には、利用者の皆様の安全確保の観点から、見学等の受入れを停止しておりましたが、現在は必要な対策を講じたうえで見学を再開しております。

10月 14 日には、猪苗代町民生児童委員協議会より見学のご依頼をいただき、施設見学並びに施設の概要の説明を行わせていただきました。

引き続き、地域の皆様に当施設の取組をご覧いただける機会として、丁寧に対応してまいります。

冬期間の入所を考えている方、お早めにご連絡ください！見学等のお問い合わせも阿部まで。

☎　０８０－１６９３－８２７１

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



「大腸がん」 定期的な検診で早期発見！！

最近、有名人の方が相次いで大腸がんで亡くなったり、人工肛門の手術をしたというニュースを目にします。
最新のがん統計によると、日本では年間 15 万人以上が大腸がんに罹患(りかん)し、5 万人以上が亡くなっています。男性の 10 人に 1 人、女性の 12 人に 1 人が大腸がんを経験するという頻度です。大腸がんは罹患でも死亡でも日本で一番多いがんです。



大腸がんの初期症状

1.便に血が混じる
2.便秘や下痢が続く。便が細い。
3.腹部の鈍い痛み・不快感
4.理由のない体重減少・倦怠感

大腸がんの予防法

1. 癌検診を受ける:年 1 回大腸癌検診(便潜血検査・問診)
2. 赤身肉や加工肉(ソーセージ・ハム・ベーコン)を摂りすぎない
3. 節酒をする:純アルコール量 1 日 20g 以下に
4. 禁煙する:喫煙は大腸癌の発症率を 1.18 倍高める
5. 肥満を予防する :BMI 30 以上は癌発症リスク上昇
6. 適度な運動:ウオーキングや筋トレ等の運動は便通改善になる

進行したがんの症状

1.下血による貧血(息切れ・顔色不良)　　2.激しい腹痛・お腹の張り

純アルコール量表

お酒の種類	ビール	清酒	ワイン
飲量	中瓶 1 本 (500ml)	1 合 (180ml)	1 杯 (120ml)
アルコール度数	5%	15%	12%
純アルコール量	20g	22g	12g

カルシウム・ビタミン D が豊富な食品



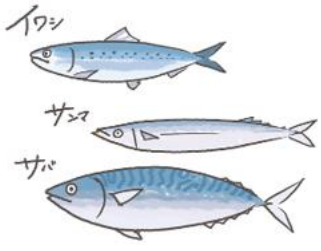
大腸がん予防のために取り入れたい食事

◆ **食物繊維が豊富な野菜や果物**
・二次胆汁酸という大腸がんリスクを高める物質の産生を抑制
・便通改善により便が腸管内に留まる時間が短くなるため、便による発がん物質が少なくなる
◆ **カルシウムやビタミン D が豊富な食品**
◆ **コーヒーの摂取**(1 日 3 杯以上飲んで、直腸がんのリスクが低下したと報告があります)

ここでクイズ！！

脳に良い「DHA」が他の魚よりも豊富になる魚は、次のうちどれでしょうか？

1. イワシ　　2. サンマ　　3. サバ



3. サバ

秋に獲れるサバは「秋サバ」と呼ばれ、脂が乗って大変おいしくなります。
この時期のサバは脳を活性化させ記憶力低下を防ぐ DHA が、イワシやサンマよりも多く含まれています。また、血液をサラサラにする EPA も豊富です。

マリアクリニック
福島県耶麻郡猪苗代町字元寺 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



秋の味覚まつり

猪苗代の川桁山の木々も赤や黄色に色づき始め秋らしさを感じられるようになってきました。秋と言えば、スポーツの秋、読書の秋ですが、通所リハビリはやっぱり食欲の秋です。大鍋で作った芋煮汁やさんまの蒲焼き丼など、秋の味覚を楽しんでおりました。食後は、外でひなたぼっこをしながら焼き芋を作って食べました。体も心もぽかぽかに温まったようです。


焼き芋おいしいね‼








上出来です♡



クラブ活動

今回クラブ活動では、オリジナルキーホルダーを作成。みなさん色合いやビーズの数などバランスを考えながら制作していました。ご自分のリュックに付けたり、お孫さんへのプレゼントなど…。かわいらしく出来上がりました。


どれにしようかな？


可愛くできたでしょ！

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





お月見



ミニテル保育園では十五夜のイベントとしてお月見の団子づくりをしました。
お月見とはどんな日？何をするの？など由来のお話しを聞いた後は紙粘土で団子づくりにも挑戦しました✨両手で粘土を丸め、「みて！できたよ！」と嬉しそうに見せてくれる子ども達の表情がとても可愛らしかったです🥰
一生懸命に団子を作った後は待ちに待った給食の時間🍴
この日は十五夜イベント食として、まんまるチーズがのったお月見ハンバーグをメインとした特別メニューが提供されました♪大きな口で頬張り、デザートのぶどうまで美味しく堪能した子ども達でした😋





















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時だョ！全員集合

デイサービスセンター「ハーブの園（その）猪苗代」





今年も裏磐梯へ紅葉を見に行ってきました。あいにくの天気になってしまい車から降りることは出来ませんでしたが、色付き初めの紅葉を楽しむことが出来ました。湖と紅葉がとても綺麗でしたよ♡

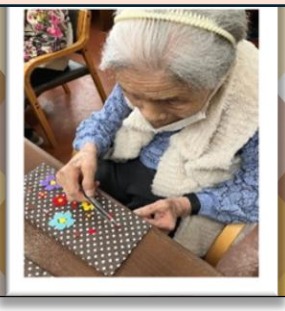
ワークショップ



今月はステンドグラス風の飾りを皆様に作って頂きました。アルミホイルとCDケース等を使用し、キラキラでカラフルな素敵な作品が完成！『ここは何色に塗ったら良いかな？』と頭を悩ませながら作業に集中しで色染を行われていました。早速お持ち帰りいただき、玄関やお部屋に飾ったよ💖と嬉しそうにお話ししてくださいました。

ご利用者様の活動





パズルに挑戦したり、作品作りに一生懸命なご様子です。ご利用者様同士、相談しながら行い会話も弾んでいます。作品を作ってお持ち帰り頂く事で満足感や達成感が得られますよね(^^♪最初は「おら出来ねー」と言われるご利用者様も上手に作ることが出来ています。これからも沢山の作品を作って頂いてお部屋や玄関に飾って頂きたいと思います。





美也子のつぶやき…



五色沼には見ると幸せになると言われている伝説の『ハートの鯉』が生息しております。

先日、天気が良いのでドライブがてら五色沼へ行ってきました。ボート番の方が、「ここにハートの鯉が居るよ！」と教えて下さって、近くまで寄ってみると本当にお腹にハートのマークがあるではありませんか!!このハートを見ると恋が実り、幸せが訪れるそうですよ❤❤恋を探しているそこのあなた！！是非探しに行ってみてはいかがでしょうか!(^^)!

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

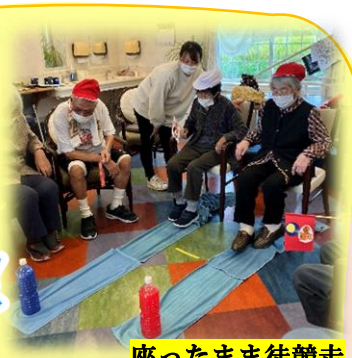
Winding Road　～曲がりくねった道の上に
To WhiteHouse　　幸せが待っている～



秋といえば・・・

山の葉も色づき始め、すっかり秋ですね！秋といえば皆さんは何を思い浮かべますか？
ハーブの園会津若松では・・食欲の秋「芋煮会」そして運動の秋「運動会」を行いました!!
また、毎月恒例スモールバンドでは「よさこい」を披露しました♪笑顔満載の秋！！

運動会


座ったまま徒競走


お手玉カーリング


大鍋で芋煮汁









クラブ活動

ハロウィンに向けて飾りの制作や、針や糸を使わずフェルトを切って重ね合わせてポプリを作ったり、色鉛筆で紅葉や銀杏に色鮮やかに色を染めて、壁飾りを制作しました!!次々に作品が仕上がり、室内がとても賑やかです。




フェルトでポプリ


紅葉の壁飾り

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

妖精のゆうびんやさん



ミニテル保育園こびとのチャペル



ミニミニ★運動会

10月10日(土)、ミニミニ運動会が行われました。保護者の皆様、お忙しい中ご参加いただきありがとうございました。

運動会を楽しみに、一人ひとりが個性を発揮しながら日々の活動に取り組んでいました。当日は、いつもと違う雰囲気にちょっぴりドキドキ・・・。

“泣いちゃっても、できなくてもだいじょうぶ！”運動会というステージに向けて取り組んでいたそのプロセスをたくさんたくさん褒めて、認めてあげたいです。

運動会を終え、子ども達は心も体もさらに大きく成長した様に感じます。













日常のミニコマ　～Diary　life～



秋晴れの日、ドワーフクラス（2歳児）さんは春にまいた風船カズラとアサガオの種をとりました。

真剣な表情で、小さくてたくさんの種を指先を使って上手に摘んでいましたよ。

「ほら、みて！」と紙コップ容器の中を得意気に見せてくれる子ども達。指先の器用さにビックリです。

来春、また蒔きたいと思います☆



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」



秋といえば・・・「芸術」「スポーツ」「食欲」の秋!!

【様々な秋を目一杯楽しみました!!】

秋晴れが心地よい季節になりました。

秋といえば「芸術の秋」「スポーツの秋」「食欲の秋」と様々な事が楽しめる季節です。ハーブの園きたかたでは様々な事を行いました。「芸術の秋」は利用者様による朗読会や紅葉の吊るし飾り、個性溢れるオリジナルコースター作製を行いました。また、「スポーツの秋」はスポーツ大会を開催し、ハーブの園オリジナル競技で競い合いながら盛り上がりました。

そして皆さん1番のお楽しみ「食欲の秋」では芋煮会や大人様ランチ、京都フェアを開催しお腹いっぱい召しあがれていました。こんなに食べられるかなと心配している方も食べ始めると見事にペロリと完食!!

皆さんはどの「秋」がお好きですか!?自分なりの「秋」を目一杯お楽しみ下さい!!













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



経営管理課
恵美＆成美の

○○に挑戦！

医療法人ケアテルではおいしいお米をご利用者様、ご入所様に食べていただきたいという思いから、職員が精魂込めて作り上げた会津産・猪苗代産のコシヒカリやひとめぼれを提供しております。また、風味が損なわれないよう自前の精米機で精米し、つきたてのお米を炊き上げております。

今年もまもなく新米が皆さまに振舞われますので
お楽しみにお待ちください！



編集後記

成美のとある１日…

～Ｖｏｌ.7～



私の実家では身しらず柿を栽培しており、これから収穫シーズンを迎えます。オレンジ色に色づく柿をみて食欲の秋の訪れを感じています。

そんなうれしい訪れとともに今年は厄介者の訪れも感じています。それはカメムシの大量発生です。どこからともなく現れ、強烈なにおいと共に存在感を発揮してくる厄介者。「カメムシが多い年は大雪が降る」と昔から言い伝えがあるそうですがはっきりとした根拠はないそうです。しかし、最近は警報級の大雨や台風地震などの自然災害が多く発生しているように感じます。万が一、ケアテルの事業所をご利用中に災害が発生しても迅速に対応できるよう訓練や水などの備えを行っておりますので安心してご利用ください。

ケアテル

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 チャンネル

「ケアテル Youtube」で検索！



