

吾妻からの手紙

サービス付き高齢者向け住宅
指定特定施設入居者生活介護 (0772500625)
介護付有料老人ホーム ケアテル吾妻苑
969-2752
福島県耶麻郡猪苗代町大字養字山根乙535番地の12
TEL: 0242-64-2588 / FAX: 0242-64-2589
令和6年8月号 第69刊



【重要】各種保険証の更新について

令和6年7月31日で各種保険証の有効期限が終了しています。
新しい保険証をご郵送または窓口までお持ちください。

**提出がまだの方は16日まで
ご提出ください。**

- 介護保険関係
- 介護保険負担割合証(申請の必要性:なし)
 - 負担限度額認定証(申請の必要性:あり)
※吾妻苑ではご利用できません。
- 医療保険関係
- 国民健康保険高齢受給者証(74歳以下の方 申請の必要性:なし)
 - 国民健康保険特定疾病医療受給者証(74歳以下の方 申請の必要性:なし)
 - 後期高齢者医療被保険者証(75歳以上の方 申請の必要性:なし)
 - 重度心身障害者医療費受給者証(申請の必要性:なし)

あべのちよつと作ってみよう♪

炊飯器で簡単にできる「チキンと玉ねぎのピラフ」



- 材料○～4人分～
- ・米 2合
 - ・鶏もも肉 1枚(200g)
 - ・玉ねぎ 1個
 - ・有塩バター 10g
 - ・コンソメ 小さじ2
 - ・塩 小さじ1/2
 - ～お好み～
粉チーズ、こしょう、パセリ

- 作りかた○
- ①玉ねぎはお好みの大きさに切る。
 - ②鶏もも肉は2cm角に切る。
 - ③炊飯器に洗米した米と他の全ての材料を入れ、2合の目盛りまで水を入れる。
 - ④炊飯して完成。



炊飯器に材料を入れて
スイッチONするだけ！
お好みで粉チーズや
こしょう、パセリをかけるとグッド！
今日の晩ご飯にお試しください☆



ケアテル吾妻苑
夏祭り開催!
令和6年8月9日

七夕
各種出店職員による余興が盛りだくさん

出店
焼きそば
焼きとり
焼きとうもろこし
かき氷
各種飲み物

その他 職員
の余興もあります
皆さんお楽しみに!

たくさんの願い事をしました

七夕
あらためて七夕(たなばた)を確認してみましょう。七夕は、日本の伝統的な行事で、毎年7月7日に行われます。この日は、織姫と彦星が天の川を渡り1年に1度だけ会うことができる日とされています。七夕の由来は中国の「乞巧奠(きこうでん)」という行事や「織姫・牽牛伝説」に基づいています。日本では奈良時代に宮中行事として取り入れられ、現在の形になりました。七夕の風習としては短冊に願い事を書いて笹に飾ることが一般的です。「物事が上達しますように」と願ったのが始まりとされています。

面会について
福島県の「面会制限時の対応」に基づき、ケアテル吾妻苑では環境の整備を行い、ガラス越しではあるものの面会を再開いたしました。
ご面会希望者の対応を以下としますのでご確認をお願いいたします。
○面会日前
①前日までに面会日時を予約
※予約受付 平日 9:00～15:00
※上記以外の時間は翌日扱い
※予約は先行順
②面会者の選定(1名～2名)
※ご予約は、ご契約者のみのお取扱いになります。ご了承ください。

編集後書
毎日蒸し暑い日々が続いていますね！朝も夜もじめじめとした空気で体中ベタベタした感じです。みなさまは体の疲れはしっかり取れていますか？良眠するためには色々な方法がある様ですが、暑い夏でもシャワーではなく、ぬるめのお湯に10～15分程度浸かると良いそうです！私も最近は暑くてシャワーだけでしたが、しっかり疲れを取るためにお風呂に浸かりたいと思います。さて、子供たちは、夏休み真っ最中ですが、気温が高く、熱中症のリスクもある為、お出かけ先にも悩み中です。こちらは仕事がありますが、子供は「ひま、ひま」を連呼しています。そう言われてもな…と困り果てている近頃でした。 阿部