

吾妻からの手紙

七夕 吾妻苑



短冊に願いを込めて

みなさんに幸せがおとずれますように！



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蚕養山根乙535番地の12
TEL: 0242-64-2588 / FAX: 0242-64-2589

令和7年8月号 第81刊

要介護・要支援認定者の皆様へ

介護保険負担割合証が
届いたらまず内容を
ご確認ください。

内容に誤りがありま
したら市町村役場に
連絡してください。

氏名・住所・生年月日
などが記載されています。

負担すべき割合
が記載されています。

適用期間
が記載されています。

介護保険負担割合証	
番号	
住所	
フリガナ	
氏名	
生年月日	
利用者負担の割合	適用期間
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

後期高齢者医療制度

令和7年8月1日からは
マイナ保険証 か **資格確認書**
で医療機関・薬局にて受付をしてください。

マイナ保険証の利用をご希望の方
利用登録済みの場合 そのまま医療機関等でご利用ください
未登録の場合 医療機関等にある顔認証付きカードリーダーで利用登録できます

マイナ保険証をお持ちでない方
マイナ保険証の保有状況にかかわらず手続き不要で
全員に資格確認書がお住まいの市町村から
郵送等により交付されます。

こんな時に便利！ マイナ保険証のメリット
○過去のお薬・診療データに基づく、より良い医療がうけられる
○突然の手術・入院でも高額支払いが不要になる
○救急現場で、救急搬送中の適切な応急処置や病院の選定・搬送先の病院で活用される

♪あべゆきのちよこつと作ってみよう♪ 【トマトとオクラのさっぱりぶっかけそうめん】

○材料○

- ・そうめん・・・100g
- ・トマト・・・1/2個
- ・オクラ・・・3本
(野菜に合わせるたれ)
- ・しょうゆ・・・小さじ1
- ・黒こしょう・・・少々
- ・ごま油・・・小さじ2
- ・めんつゆ(2倍濃縮)・・・60ml

○作り方○

- ①そうめんは茹でて、冷やしておきます。
- ②オクラは茹でて、薄切りにします。
- ③トマトは、一口大に切ります。
- ④トマトとオクラとたれを合わせておきます。
- ⑤お皿に盛りつけて完成です。



～栄養講座～

○トマト

- ・ビタミンB1、B2: 疲労回復により食欲増進の効果がります。
- ・クエン酸: 酸味成分として食欲増進、胃の働きを活発にします。

○オクラ

- ・ペクチン: 食物繊維の一種で、腸内環境を整える効果が期待できます。
- ・葉酸: 貧血予防。汗をかくと貧血につながりやすく、立ちくらみをする場合があります。




七夕(たなばた)とは

七夕(たなばた)は、毎年7月7日に行われる日本の伝統的な行事で星に願いをかけるロマンチックな風習として知られていますが、その背景には深い歴史と文化的な融合があります。七夕は中国の「乞巧奠(きこうでん)」という織姫星に技芸の上達を願う行事が起源で、奈良時代に日本へ伝来しました。日本古来の「棚機つ女」の信仰と融合し、宮中行事として発展。織姫と彦星が年に一度、天の川で再会するという伝説が広まり、江戸時代には庶民の間でも短冊に願いを書く風習が定着しました。

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

私事ですが、この度、物置を購入することにしました。というのも、玄関中に物を収納する場所はあるのですが、年々物が増え続け、物が入りきらない状況です。子供の自転車やスノーダンプは年中外に出したままの状態です(笑)。さすがにこの気温の中、物を置き去りにするのはよろしくないとのことで購入を決断しました。ところが、物が納品されるまでに数多くのトラブルに見舞われました(泣)最初の話では1ヶ月くらいで納品との話でしたが、結局、3カ月ほどかかっています。その分、某お店で色々サービスしてもらい、ちょっと得した気分です♪ 阿部