

鎌ヶ谷でずつとつながる。
だから、ずつと安心。

やましな 通信

Vol.49

2020年9月
やましな訪問看護
リハビリステーション発行

やましな訪問看護



ノーリフトケアプログラムで腰痛予防対策 ～持ち上げない・抱え上げない介護～

看護師の谷川です。今回は、職場における腰痛予防の取り組みとして、昨年参加した研修のお話をします。腰痛は、重い物を持ち上げたり、繰り返し中腰で作業を行うことが原因になります。介護、看護職も腰痛を抱えている人が多い職業です。平成25年厚生労働省の資料には「介護、看護作業による腰痛を予防するため福祉用具を積極的に使用し見直しを行うべき。特に抱き上げに関しては、リフトなどを積極的に使用し、原則として人力による抱き上げは行わないこと」と明記されています。この日は、リフト、スライディングシートを使った体験もしました。リフトは包まれるように持ち上げられ安心して移動できました。また、スライディングシートはスムーズに動かすことができましたが、滑り過ぎてしまうので注意が必要でした。早速やましなステーションでは、看護師にスライディングシートとポジショニンググローブを配布しました。全員が使いこなせるよう取り組むことから始めていこうと思います。



リフト



スライディングシート

スタッフ便り

やましなスタッフが交代で書いています♪

iPhoneの機種変更の際、店員さんから便利なアプリをいくつか教えてもらい、それからポイ活(ポイント活動)にハマっています。特に使用頻度が高いコンビニやドラッグストアで、毎回ポイント加算やクーポンを使用していると、たとえ数十円でもお得に感じ「ラッキー!」って思います。歩数機能を使い歩くだけでポイントをゲットできるものもあるので、ゲーム感覚で貯めるのも楽しそうですね♪
事務・キッズスタッフ 村杉亜矢子



「キッズやましな」に来て1か月が経ちました。温かいスタッフの皆さんに囲まれ、かわいい子ども達と毎日楽しく過ごしながら働かせていただいています。私には反抗期真っただ中の中学3年生と1年生、小学3年生の娘がいますが、家でイライラしても「キッズやましな」の子ども達に日々癒され優しい気持ちにさせてもらっています。これからも、子ども達がわくわくする企画を考えていきます!
保育士 中台



スタッフおすすめの店

船橋駅から徒歩8分程、船橋中央公民館そばのシーフードレストラン「ラシサ ダイニング」をご紹介します。あまり外食しない私ですが、ここは何度か利用したことがありお気に入りです。今回初めてテイクアウトで 沖縄「nタコライスとキャラメルアイスラテを注文しました♪
タコライスは食べ応えのある粗びき肉にチーズがたっぷりで大満足でした。ドリンクもキャラメルが甘いのにさらっと飲んで美味しかったです。他にも船橋名産ホンビノス貝など魚介を使ったパスタやピザ、カレー等が楽しめます。ランチなら1000円前後でドリンクやサラダもつけられてボリュームたっぷり!どれも美味しいです。店内は海を感じるオシャレな雰囲気落ち着いて過ごせますし、感染対策もしっかりとされているそうです。船橋方面へ行く機会があればぜひ足を運んでみてください。言語聴覚士 藤本



本ビノス貝
カレー850円



テイクアウト用Box's
沖縄「nタコライス800円

船橋市本町2-3-31
TEL.047-436-0545
11:30~14:30
18:00~23:00 ※不定休



ステーションの近況
(8月末日現在)

〈医療スタッフ〉看護師11名 理学療法士3名 作業療法 2名 言語聴覚士3名

リフォームで、お客様の幸せな空間作りをお手伝い！

ヤマシナ商事は、安心・信頼をモットーとする、鎌ヶ谷の地域密着型リフォーム会社です。ていねいな対応を心がけており、きめ細やかな主婦目線のご提案が好評です。お住まいも暮らしも快適に！ヤマシナはお客様の幸せな空間づくりをお手伝いいたします。



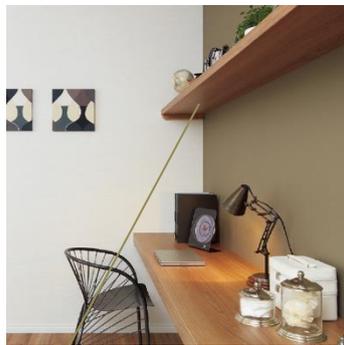
テレワークがはかどる心地いい空間作り

新型コロナ感染拡大防止のために急速に浸透したテレワーク(在宅勤務)。自宅にワークスペースがないためダイニングテーブルで作業をすると、集中できないし、食事の時間になったら急いで片付けなければならない。かと言って大がかりなリフォームで書斎を作るのは、時間もお金もかかる…。そこで今、お部屋の一角に作業スペースを作るリフォームが注目されています。



空いてる壁に取付けるだけ 「LIXIL シートカウンター」

収納棚やデスクなど、様々な使い方が可能な造作材。



- 必要な長さにカットもOK！
 - 豊富なカラーバリエーション
- 3種類の奥行き(220mm/300mm/500mm)の棚で使い勝手の良いワークスペースが実現！

押し入れをワークスペースに 「LIXIL ヴィータスパネル」

空間を無駄なく使い切るアイデア満載の収納パネル。押し入れにはめ込み、机と書棚、クローゼットにカスタマイズすればコンパクトなワークスペースに！



壁面をマグネット式にも！絵などを貼ればお仕事が楽しくなりますね♪

手軽で便利なロールスクリーン

自由自在にワークスペースが作れる！

- 部屋の間仕切りとして集中したい時だけ下せば一瞬で個室空間に！
- 背中側に設置WEB会議で部屋の散らかりが気にならない。



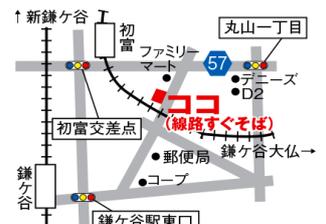
※詳しくはヤマシナスタッフへお気軽にお問い合わせください。

ヤマシナグループは、**リフォーム**と**訪問看護リハビリステーション**が連携しお客様の暮らしを豊かにするご提案をさせていただきます。



お住まいのケア、お体のケア
ヤマシナがお手伝いします。
株式会社 **ヤマシナ商事**

0120-427-137



やましな
訪問看護 リハビリステーション

(事業所番号：1262690089)
TEL 050-6865-7757
FAX 050-6865-7758



(事業所番号：1252600190)
重症児デイサービス
キッズやましな
TEL/FAX 047-402-6430



〒273-0123 鎌ヶ谷市南初富4-13-40 鎌ヶ谷ウィングス1F