

鎌ヶ谷でずっとつながる。
だから、ずっと安心。

やましな 通信

Vol.52

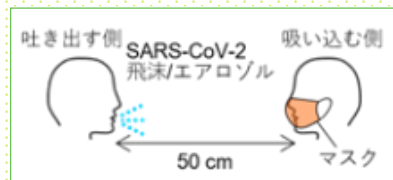
2020年12月
やましな訪問看護
リハビリステーション発行

やましな訪問看護



マスクの効用は？～新型コロナウイルスの空気伝播に対するマスクの防御効果～

マスクが欠かせない昨今ですが、果たしてマスクは新型コロナウイルスを防ぐ効果があるのか？あるとすれば実際どの程度あるのか？10月に東大医科学研究所で実験が行われマスク着用がいかに大事かということをはっきり示しました。



人工呼吸器につないだマネキンの頭部2つを実験装置の中に入れ、それぞれにマスクを着用させ、片方の口からコロナウイルスを含んだ飛沫を空気中にはき出すとどうなるか・・・という実験をしました。すると、ウイルスを吸い込む量は、布マスクでは20%近く減り、サージカルマスクでは約半分に減りました。最高品質のN95医療用マスクはおよそ80%減少することがわかりました。一方、飛沫を出すマネキンにだけマスクを着け実験したところ、布マスクでもサージカルマスクでも、マスクを着用していないマネキンが吸い込んだ量は70%以上減ったということです。マスクで完全に防ぐことはできませんが、飛沫を出す側も吸い込む側も効果があるのですね。詳細をお知りになりたい方は東大医科学研究所のHPをご覧ください。

スタッフ便り

やましなスタッフが交替で書いています♪

13年ぶりにアルバムを買ってしまうくらい大好きなアーティスト藤井風くん♡12歳からYouTubeで動画をUPしていくうち人気が上がり、昨年末のメジャーデビューによって一気にブレイクしました。アルバムは「HELP EVER HURT NEVER」(常に助け 決して傷つけない)。そんなタイトルも好きで、四六時中(お仕事以外(笑))ずっと聴いています♪12月に三郷で行われるライブに行きたいとひそかに思っています。

看護師 矢島千恵子



趣味でフットサルをしています。月に1回大会に出たりと比較的アクティブに生活していましたが、今年はコロナが流行し殆どの大会が中止に。自宅で食事を楽しむ生活が続き、気がつくと体重が増えてしまいました。先月健康診断があり、それに向けてダイエットをしましたが目標までは落ちず(笑)。来年の健康診断には標準体重になるよう頑張っていきたいと思います。

理学療法士 霜鳥敬生



スタッフおススメの店

我が家は、互いの給料日に美味しいものをご馳走するルールがあります。この日はわたしの給料日だったので、息子を誘い彼が行きたがっていた「焼肉 赤坂」に行ってきました！

開店と同時に入店。平日ですが、すぐに席が埋まってしまいました。今回はランチで一番高い「焼肉御膳1700円」をオーダー。タン塩、カルビ、ハラミのお肉とごはん、スープ、サラダ、韓国海苔、キムチ、杏仁豆腐が付いていました。自分のペースで焼きながらいただくお肉は、柔らかくジューシーでとても美味しかったです。

「次回は、ビビンバを食べたいなあ」と思いつつ「食べた分、動こう！」と、2人で歩いて帰りました。焼肉ランチをお腹いっぱい食べたい方におススメですよ！ キッズやましな管理者 柳川明子

全ランチ
ドリンク付き！



鎌ヶ谷市東鎌ヶ谷2-21-6
Tel.047-444-4246
営業時間: 11時～23時
(ランチタイム11時～15時)

ステーションの近況
〈11月末日現在〉

〈医療スタッフ〉看護師13名 理学療法士4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。



**和室を洋室に
リフォーム！**

使いにくくなった和室を洋室にリフォームしたいというご相談が年々増えています。では、なぜ洋室にした方が良いでしょう。洋室に変えることによるメリットをご紹介します。

和室から洋室へ リフォームするメリット



●安全に暮らせる室内

敷居などのちょっとした段差でも転落や転倒の引き金になり、場合によってはそれが原因で骨折し、寝たきりになる可能性もあります。フローリングに張り替え段差を無くすことで転倒の危険も減少されます。

●自立を助ける生活空間

バリアフリーにすることで、車いすや歩行器の方は自分の力で移動ができ、日常の行動範囲も広がり、健康的な生活を維持することができます。

●床座りから楽な椅子へ

足腰が不自由になってくると、畳に座ったり立ち上がることが難しくなるため、椅子での生活がメインになります。
また、畳に布団を敷くより、ベッドの方が体の負担も少なくなります。

●お掃除・お手入れの負担を減少

畳やふすま、障子、土壁などはいずれも傷みやすく、汚れやすいのでこまめなお手入れがどうしても必要に。フローリングにすることで、ダニやカビの心配が少なくなり、掃除やメンテナンスも楽になります。

●介護される方も、介護する方も楽に暮らせる環境

動きにくい間取りや使い勝手の悪い設備は、介助する方に肉体的・精神的負担をかけます。
介助のしやすい間取りにリフォームすることで、介助者の心身の負担を軽くし、環境を整えることができます。



要支援・要介護認定を受けた方は、上記のような住宅改修に介護保険が適用されます。
申請などの手続き、その他、リフォームのことはヤマシナスタッフにおまかせください！



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お手伝いをさせていただきます。

お住まいのケア、お体のケア
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

〒273-0123 鎌ヶ谷市南初富4-13-40



(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

