

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.64

2021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



リズムの機能を生かして楽しみながら療育♪

三三七拍子のリズムフレーズは、長すぎず短すぎず、覚えやすくスツと入ってきやすいリズムです。昔から歌われている童謡「さくら」「ちょうちょ」「チューリップ」も歌い始めは三三七拍子。大きなまとまりがあり、何回繰り返しても抵抗感を感じず飽きさせないリズムです。

音楽には、副交感神経を優位に働かせリラックス状態を生み出す効果があり、なかでも三拍子の音楽は、二拍子・四拍子に比べてリラックス効果が高いとされています。普段の生活に取り入れることでリズム感は養われ、たとえば子供たちに三三七拍子で体をトントンしてあげると、あっという間に寝てしまったり、機嫌が良くなったりということがあります。リズム感が育ってくると、次のリズムを予感することができるようになり、その予感が実感に変わると快い刺激になるそうです。

キッズでも、この三三七拍子を歌や音楽、療育に取り入れながら子供たちと楽しく関わっていこうと思います。



スタッフ便り

やましなスタッフが交替で書いています♪

僕は趣味で競馬や麻雀をしています。競馬はいつもハラハラしながらテレビ中継をしています。麻雀は月に1回程度友人と集まって楽しんでいます。10月から出来ていないのでそろそろ集まりたいと計画を立てています。麻雀は好きなので、老後、デイサービスに通うようになった時は麻雀卓がある所に行きたいと思っています(笑)

理学療法士 霜鳥敬生



2年前くらいから家族みんなでスロージュースを飲んでます。酵素や栄養を壊しにくいスロージュースーを使い野菜や果物のジュースを作りますが、最近ではビーツ、小松菜、キャベツ、りんご、レモン、人参の6種類で仕上げています。これを我が家では元氣ジュースと呼び、元氣ジュースを飲んでいけばコロナにかからない！と、暗示をかけて飲ませています。

作業療法士 内藤美奈



元氣
ジュース



スタッフおすすめの店

ご紹介するのは鎌ヶ谷市のケーキ店パティスリーアルページュです。鎌ヶ谷に長年親しまれているお店で、我が家もイベントの際によく利用させてもらっています。全体に小さめかもしれませんが、素材にこだわり丁寧に作られたケーキは上品でどれも美味しいです。店内にはいろいろな種類の焼き菓子もあり、なかでもおススメはシュークリーム！こちらのお店のシュークリームは食べやすさと持ち歩きを考えて棒状になっています。ザクザクのシュー皮と濃厚なカスタードクリームが詰まったシュークリームは何度でもリピートしたくなること間違いなしです。これからクリスマスシーズンですので、まだケーキの予約をしていない方は、ぜひこの機会に食べてみてください。

看護師 山崎昌代



シュークリーム

¥155

PÂTISSERIE
Arpège
—アルページュ—



鎌ヶ谷市東初富6-3-19
営業時間 10:00~19:00
定休日 月曜日

ステーションの近況
(11月末日現在)

〈医療スタッフ〉看護師10名 理学療法士4名 作業療法 1名 言語聴覚士2名／保育士2名

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。

ヤマシナ商事は、鎌ヶ谷の地域密着型リフォーム会社。
丁寧な対応、きめ細やかな主婦目線のご提案が好評です。



タイル風呂からユニットバスへ

浴室交換リフォーム

あったかくて
安心・安全♪



そもそも
ユニットバス
とは？

ユニットバスとは、あらかじめパーツごとに工場で製造され、壁や床、天井が一体となっている浴室のことをいいます。対してコンクリートやタイルでそれぞれ仕上げる昔ながらの浴室を在来工法といいます。

ユニットバス の特徴

●工期が短い

工場で作られたパーツを組み立てるだけなので、工期の短縮につながります。
工期が短いことで、その分人件費も抑えられます。

●掃除がしやすい

素材には汚れが付きにくいものを使用され、ついてしまった汚れも落としやすく、カビが生えにくいよう水はけの良さが重視されています。床や壁、浴槽や排水溝など各メーカーとも清掃の手間を軽減するさまざまな工夫をしています。

●断熱性

ユニットバスは部屋の中にさらに浴室がつくられるため、二重構造となります。浴槽や壁、床や天井に断熱性を持たせる工夫もされているので、浴室内の温度を保ち暖かさをキープ。ヒートショック防止にもなります。

●水漏れのリスクが低い

周りの壁と天井、床のつなぎ目が一体化しているので、防水性に優れています。
漏水の可能性も低いことから、ほとんどのマンションがユニットバスを採用しています。

●誰にでも使いやすい設計

脱衣場と洗い場との段差を無くしたり、またぎやすい高さの浴槽、滑りにくく加工された床など、お子さんから高齢者まで安心して使える設計が魅力です。
浴室自体がかなり保温性があり暖かいため、寒い季節も安全に入浴できます。



費用・期間

在来工法からユニットバスへリフォーム
工事費用 約 100～150万円
工事期間 約 1週間～10日



浴室リフォームの詳細は、ヤマシナスタッフまでご連絡ください！



Yamashina
ヤマシナ商事

フリーダイヤルで承ります



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

