

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.67

2022年3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



「ベビーマッサージは親にも効果あり！」

キッズやましなでは、毎日行っている朝の会にベビーマッサージを取り入れました。
ベビーマッサージとは乳児に対して行うマッサージの総称です。

ベビーマッサージ の効果

- 子どもの体調の変化を感じ取る機会が増える
- どのように触ったり声をかけたりすると子どもが喜ぶかがわかる



継続して行っていくことで得られるものがあると言われています。キッズではお子様と個別に関わる機会が多いですが、集団での療育として、また、日々の体調の変化をスタッフが機敏に捉えられるようにと、ベビーマッサージを実施しています。まだ始めたばかりの試みですが、継続することで子どもたちの心地よさを追求し、触られると嫌な部分があるお子様に対しては脱感作(過敏さを取り除くこと)にもなると考えています。ベビーマッサージは、マッサージを行う親のリラックス効果も期待できることが明らかになっており、育児不安・育児ストレスが軽減できる可能性も示唆されています。

“疲れたなあ、イライラするなあ”という時には、お子様にベビーマッサージをしてみましょう！

スタッフ便り

やましなスタッフが交替で書いています♪

市販のルーで作る素朴なカレーが大好きです。
ある日、夕飯はカレーにしよう！と思ったら人参もじゃが芋も無い！カレーを食べる気満々だった私は、メニュー変更はせず、人参・じゃが芋の代わりにたっぷりのキャベツを入れてみました。すると、とても美味しく、子供達にも大好評。それからは、たっぷりキャベツが我が家のカレーの定番になりました。甘味があって美味しいですよ。言語聴覚士 藤本弘子



キャベツカレー



なかなか春らしくならず、寒さにコロナにと巣ごもりしがち…。そんな中、大好物の菜花(なばな)が並ぶようになり喜んでいきます。菜花は食材としての若葉・花の呼び名、菜の花はそれらを含む多くのアブラナ科植物の総称です。辛子和えも美味しいですがペペロンチーノにすると最高ですね。鮮やかな緑に春を感じます。簡単に作れるのでレシピが気になる方はどうぞお尋ねください。

理学療法士 上田 周

菜花のペペロンチーノ



スタッフおススメの店 韓国料理 ととり

私は韓流ドラマを観る事が楽しみのひとつなのですが、ドラマの中で登場人物達が美味しそうに食べている様子を観ると無性に韓国料理が食べたくなります。そんな時は六実駅から少し歩いたところにある『ととり』というお店に行きます。ととりとは、韓国語で“どんぐり”という意味だそうです。手作りにこだわっているという料理は、チーズダッカルビ・サムギョプサル・サムゲタン・スンドゥブチゲなどメニュー豊富です。自家製キムチも美味しいです！

日本人の味覚に合うよう味付けも工夫されているので、辛いのが苦手な方も大丈夫。ぜひ行って見て下さい。気軽に楽しめる日替わりランチセットなど、お昼のメニューも人気ですよ。

〈看護師 金田〉



スペシャルランチ



スンドゥブチゲ



松戸市六高台4-208

TEL.047-713-7291 月曜定休

(月曜が祝日の場合は火曜休み)

ステーションの近況
(2月末日現在)

〈医療スタッフ〉看護師11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。



空いている部屋を丸ごと 収納スペースとして有効活用！

安心

便利

快適

モノでごちゃごちゃ
の家の中を
スッキリ整理
したいなあ



ライフステージの変化で使うモノも変わっていき、どうしても増えがちに…。あちこちにモノを置き、いざ使いたい時に「どこだっけ?」と探し手間取ることはありませんか?そこで、お子様の独立などで空いたお部屋を丸ごと収納スペースに有効活用!モノを1か所にまとめるとおうち全体をスッキリさせることができます。

「結婚初期」→「子育て期」→「シニア期」と、子どもが成長し独立しても、捨てられない思い出のモノは多く、また自分たちの使うモノも変化し増えていきます。



よく見ると隙間
がいっぱい!



手すりにかけて
あったり…



階段の途中に
あふれたり…



衣類などの収納を1か所に集中すると、日頃の収納管理がラクになり、探す手間も時間も短縮できます。ハンガーパイプを取り付けたり、ユニットキャビネットを使用して壁に収納棚を造作したりするのもよいでしょう。収納ケースは透明タイプにすると中身が分かりやすくてさらに使いやすくなりますよ♪

使っていない
和室を
丸ごと収納
スペースに!



大工が使いやすい
位置に棚を造作

ヤマシナ大工がお客様のご要望や使いやすさに合わせ、棚やパイプを取付けます。

衣類や生活用品のストックなど、まとめて収納できるウォークインクローゼット。

お部屋丸ごと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



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

