

鎌ヶ谷でずっとつながる。
ずっと安心。
だから、

やましな 通信

Vol.70

2022年6月
やましな訪問看護
リハビリステーション発行

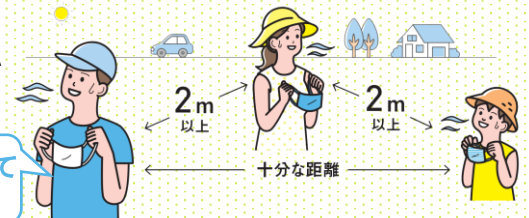
やましな訪問看護

熱中症予防×コロナ感染防止で

「新しい生活様式」※を健康に！

※①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いの実施や3密を避けるなどの対策を取り入れた生活様式を実践すること

新型コロナウイルスによる感染防止対策として大きな役割を担っているマスク。今ではわたしたちの生活に当たり前の存在となりました。ただし、これからの季節は熱中症のリスクが高まるので注意が必要です。



時にはマスクを外して
熱中症防止

？ マスク着用すると熱中症の リスクが高くなるのはなぜ？

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり気付かないうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまふから

暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク脱着や換気などを工夫しながら「新しい生活様式」を上手く両立させましょう。

マスク着用時は…

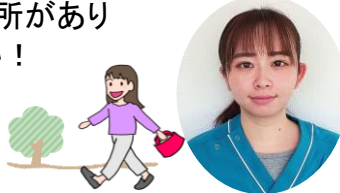
- 激しい運動は避けましょう！
- のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を！
- 気温・湿度が高い時は特に注意！



スタッフ便り

やましなスタッフが交替で書いています♪

4月から入職しました仲條です。3月から鎌ヶ谷に引っ越してきて、生活も仕事も少しずつ慣れてきているところです。休みの日は音楽を聴きながら歩いたり自転車に乗って散歩をするのが好きで、鎌ヶ谷周辺も少しずつ開拓していきたいと思っています。いい場所がありましたら教えてください！これからどうぞよろしくお願ひいたします。
看護師 仲條由衣



4月からキッズやましなに入職しました保育士の細山田千恵です。昨年結婚してこの苗字になったのですが、正直まだ慣れません。皆さんに呼んでもらいながら慣れていきたいと思ひますので、ぜひお気軽に声をかけていただけたら嬉しいです。休日はホームセンターに行って収納グッズやDIY用品を見るのが好きです。よろしくお願ひいたします。
保育士 細山田千恵



スタッフおすすめの店 ~だんごの三好 市川大野店~

行列ができるお団子屋さん「だんごの三好」をご紹介します。我が家では、お墓参りに行く際必ず寄って、お供えという名目の昼食を購入し、毎回美味しくいただいています。朝9時前にはお店に着くのですが、いつも行列で駐車場待ちの車も並んでいます。家族のおすすめは、のり太巻きとおにぎり、特に山菜おこわのおにぎりが好評です。私のおすすめは、何といってもお団子とおはぎ！リーズナブルですが、お団子はとてもやわらかく餡がどっしりと覆っていて大満足。おはぎも大きくてやわらかく、特にきなこのおはぎが大好きです。売り切れるとお店が閉まってしまうので、お昼頃までにお買ひ求めくださいね。
〈事務員 豊岡桂子〉



市川市南大野3-2-20
TEL.047-337-0344
営業時間：平日6:00～
 土日7:00～
定休日：月曜日（祝日の場合は営業）駐車場あり

ステーションの近況
（5月末日現在）

〈医療スタッフ〉看護師12名 理学療法士4名 作業療法 1名 言語聴覚士2名／保育士3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。



使う人に最適な仕様の見極めがリフォーム成功のカギ

(白井市南山H様邸)

お客様の要望

- 水栓の老朽化に伴う漏水が心配
- キッチン全体の機能を向上したい
- 明るいキッチンにしたい



before



after

プランニングのポイント

リフォーム前は、卓上型の食器洗い乾燥機を活用されていましたが、今回はビルトイン型に変更して水栓まわりをスッキリさせました。

食器の並べやすさや容量、洗浄力に優れた食器洗い乾燥機(Panasonic 深型)をご採用。



シンクとコンロをそれぞれ壁側に寄せることで中央の作業スペースを広げ、調理や盛り付けなどがスムーズにできるようプランニング。また、キッチンの間口が270cmあり中央の作業スペースも広いため、シンクと作業スペースの上2ヶ所に手元灯を付けました。



レンジフード自体にも照明がついているので、手元をしっかりと確認しながら安全に気持ちよく調理していただけます。

レンジフードとガスコンロは、機能的で汚れにくくお掃除がしやすいタイプを、シンクは上下段に分かれ作業性が高いタイプを選定させていただきました。



施主奥様と一緒にLIXILショールームへ行きそれぞれの機能や色・大きさ・位置などを実際に見てしっかり確認できたことでH様邸に合ったステキなキッチンに仕上がりました。落ち着いたピンク色のガラスストップコンロもいいアクセントになっていますね。



キッチンでの作業は十人十色の使い方があり、使う人にとって最適な仕様の見極めがリフォーム成功のカギとなります。「不便」「不満」「不安」に感じることをリフォーム担当に伝えることで劇的に解決することもできます。気持ちが明るくなる色や好みのスタイルにリフォームして家事を楽しくラクにしましょう。



おうちのお困り事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



(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
TEL/FAX 047-402-6430

