

昨年は大変お世話になり
心よりお礼申し上げます。
今年も引き続き
よろしく願いいたします。



やましな 通信

Vol.101

2025年1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

交通事故死の約2倍!? 冬の入浴中の事故に注意!

体を温め、1日の疲れを癒してくれるお風呂。しかし、11月～4月にかけての寒い季節、入浴中に気を失い、浴槽の中で溺れる事故が多くなります。特に高齢者は注意が必要です。高齢者の浴槽内での死亡者数は、交通事故死亡者のおよそ2倍だそうです。では、どうしたら入浴中の事故を防げるのか。高齢者だけでなく、家族みんなで、以下の対策を心がけましょう。

- 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- 湯温は41度以下、お湯に浸かるのは10分までを目安にする
- 浴槽から急に立ち上がらない
- 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける
- お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
- 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する



入浴時の事故が多くなる原因の一つはヒートショック。ヒートショックは、急な温度差により血圧が急激に上下することで、心筋梗塞や脳出血・脳梗塞などの発作を起こすことです。



スタッフ便り やましなスタッフが交替で書いています♪

息子が小学校で歴史を習って初めて好きな教科ができました！家ではテレビを見ても食事中でも歴史の話がよく出てきます。たまに家族で出かける旅行も、今まではテーマパークや海やプールが多かったですが、これからは城のあるところや京都、鎌倉などになりそうです。それもまた楽しみです。旧年中は大変お世話になりました。本年もよろしく願いいたします。

(看護師 M)



鎌ヶ谷の粟野十字路を西に向かい踏切を渡った左側に、見逃してしまいそうな小さな神社があるのをご存じですか。八坂神社です。地味な社ですが、市のホームページよれば、1523年創建といえますから、戦国時代の真ただ中、信長や秀吉が生まれる前に建てられた由緒ある神社で、しかも今でも新しい庚申塔が定期的奉納されている全国でも珍しい社です。この神社にある最古の庚申塔は江戸の元禄時代に建てられたそうで、現在でも庚申の日には住民が集まりお祈りするそうです。(社労士 K)



スタッフおすすめの店 貝柄山ガレット

おすすめするのは鎌ヶ谷にある貝柄山公園そばの「貝柄山ガレット」。セットメニューは定番のガレット3種、クレープ3種ほか、季節のガレットやクレープそれぞれ1種類ずつ選べます。定番メニューはもちろん美味しいのですが、わたしは季節の野菜やフルーツを使ったガレットとクレープのセットを毎回頼んでしまいます。野菜とお肉、卵とチーズ、フルーツとアイスまたはジェラートのマッチングなど、さまざまな素材を使った組合せでいつも楽しませてくれます。店内は靴を脱いでスリッパに履き替えるのでリラックスできますし、窓際の席では貝柄山公園の緑を眺めることができるので、つい長居してしまうことも…。お子様連れでも半個室のテーブル席があるので気兼ねなくおしゃべりできますよ。オーナーも必ず一声かけてくれる素敵な方です。予約必須ですが、ランチなどに利用してみたいかがでしょうか？(看護師 K)



蕎麦粉のガレット

季節のクレープ



鎌ヶ谷市初富本町2-21-14
営業日/ 水、木、金、土曜
11時～15時

ステーションの近況
(12月末日現在)

〈医療スタッフ〉看護師18名 理学療法士5名 言語聴覚士2名/保育士3名

私達はリフォームと訪問看護リハビリステーションを連携し
お客様の暮らしを豊かにするお手伝いをいたします。

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提案が好評です。

ヤマシナ
リフォーム

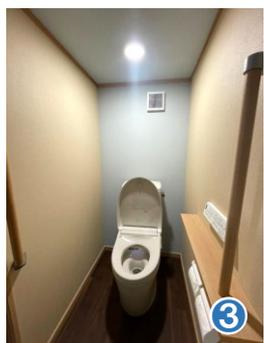


寝室の押入れがトイレに変身！

施工
事例

「寝室にしている1階の和室にトイレを作れないか」とのご相談をリピーター様よりいただきました。寝室からは、ダイニング、リビングを通り過ぎなくてはトイレに行けない間取りでしたので、夜中数回トイレに起きるようになってからは、不便に感じているとのことでした。

- ① 押入れを工事するにあたり、ご利用になるご主人の身長を確認したところ高さは大丈夫だったので天袋はそのまま残しました。
- ② ベニヤ板を張り、手すりや手洗い器を取付ける箇所には下地を入れました。
- ③ 内装は、左右の壁クロスはベージュに、前面と背面、天井はくすんだブルーに貼り分け、立ち上がる際、両手で掴めるよう手すりをつけました。これで出入りの時にも安心です。
- ④ 押入れは広さがありますので、トイレトーパーや掃除用具などをしまえる収納付き手洗い器も設置できました。
- ⑤ すっきりとしたデザインの引き戸なので一見するとトイレだとわかりません。



完成！

おかげで暮らしが
快適になりました♪



担当の近澤です。
寝室に素敵なトイレスペースができました。
遊びにいらしたご家族にも好評とのこと、「工事をして良かった！」と仰っていただきうれしく思います。



お住まいに関するお悩みはヤマシナまでお問合せください！



写真が送れて便利！ラインで
かんたんリフォーム相談！



Yamashina
ヤマシナ商事



0120-427-137



(事業所番号：1262690089)



TEL 050-6865-7757
FAX 050-6865-7758

(事業所番号：1252600190)



TEL 047-402-6430
FAX 050-6865-7758

やましな
ホームページ
はこちら！



鎌ヶ谷市南初富4-13-40

(事業所番号：1252600299)



鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷1-2-14