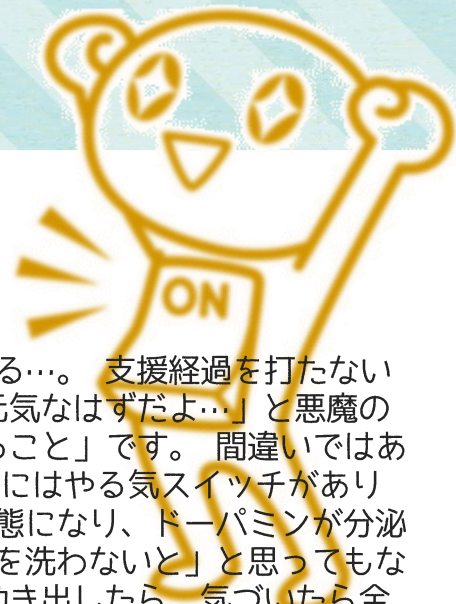


## 為になる心理中村コーナー

### 脳科学的、やる気を出す方法

突然ですが、みなさんは「やる気」ありますか？

月末、モニタリング訪問を終えて、クタクタで事務所に帰ってくる…。支援経過を打たないと、と思っても、頭の中で「明日で良いんじゃない？明日の方が元気なはずだよ…」と悪魔の囁き。そんな時にやる気を出す方法を教えます。それは、「やること」です。間違いではありません。まずPCに向かい、日付だけでも打つことです。脳の中にはやる気スイッチがあります。それは側坐核といって、何かを始めると作業興奮という状態になり、ドーパミンが分泌され、やればやるほどやる気がでます。みなさんも食後、「お皿を洗わないと」と思ってもなかなか体が動かず、とりあえず水に浸けておこうと立ち上がって動き出したら、気づいたら全て洗い終えていたということはないでしょうか。(中村はよくあります。皿洗い当番なので)



## オススメ鈴木コーナー



こんにちわ！福祉用具研究所ゆいまーの鈴木です。  
今月のオススメ音楽はっっ！80年代の日本代表アイドル！  
松田聖子さんの2曲です(/・ω・)/  
1980年のシングル「**青い珊瑚礁**」と1982年の「**赤いスイートピー**」でっす(((o(\*°▽°\*)o)))  
どちらも有名な永遠の名曲ですよね！！社会現象になるほどのカリスマアイドルですからね！！  
特に「赤いスイートピー」は僕の大好きなユーミンこと松任谷由美さんが提供した楽曲で、倍最高ですね！！  
ちなみに…あまり知られていませんが…1996年に海外で発売した「SEIKO」名義でのR&Bシングル「LET'S TALK ABOUT IT」のレコードも僕は持っています笑…が、日本での曲が良いですね！！皆様も久しぶりに聴いてみてはいかがでしょうか？

## 美味しい物コーナー

寒い毎日で温かいものを食べたくなる季節ですね(^-^)/私はラーメンが好きで最近では行ったことのないラーメン屋を転々としています。そしてその中でも美味しいと思った私のお気に入り店をご紹介します！  
厚木にある、**麺や食堂**の外観内観共に昔懐かしい昭和の雰囲気。味は鰹節と魚介スープ。女性の方にはちょっとした嬉しい可愛いくり抜きハート海苔が…♡あっさりしてるのでとても食べやすく美味しいですよ!(^^)!♪



(株)ライフアズツ  
**ゆいまーる**

〒252-0135  
相模原市緑区大島1183-3  
TEL 042-713-1505

福祉用具研究所→鈴木・米田・松崎まで



# ゆいまーる通信

## VOL.6



今年もゆいまーるを  
よろしくお願い致します。



こんにちは!福祉用具研究所 ゆいまーるの小澤です。  
「ゆいまーるREPORT」ご好評をいただき、ありがとうございます。  
第7回目は!!平成30年10月に開設された  
『デイサービス

スマイル倶楽部 上溝』を  
ご紹介をしたいと思います。



🎤 事業所について教えてください。

平成30年10月1日に開設、4年目に入った機能訓練型のデイサービスです

上溝6丁目にあり定員30名の通常規模となります。

理念は『 Smileのある日常を 』お客様に元気に笑顔になって頂けるような運営を目指しています。

🎤 送迎エリアはどのあたりになりますか?

スマイル倶楽部から片道15分~20分圏内、水郷田名、大島、橋本、弥栄、下溝と広範囲にて対応しております

🎤 事業所の特徴・強みはどのようなところですか?

☆職員がパワフル!

お客様に元気に笑顔になれるようサポートさせていただくところです、  
どんなサービスがあるかも重要ですが  
1番は誰がサービスを提供するか。サービスも職員もクオリティは追及しています

☆機能訓練の設備が充実

☆運動だけではなくリラクゼーションも充実

柔道整復師によるマッサージ、個別リハビリ。ウォーターベットや足湯等のリラクゼーションも充実

🎤 皆様へ一言お願いします。

元気で前向きなお客様が多いです。お客様の立場に立ち誠心誠意サポートをさせていただきます。

まずはお気軽にご見学にいらしていただければと思います。

スマイル倶楽部 上溝さん  
ありがとうございました!



相模原市中央区上溝3-20-22 SLDビルⅡ

☎ 042-785-2037

疾患別機能訓練型 デイサービススマイル倶楽部 上溝

代表取締役 野崎 竜人

# サービス紹介



## 毎日手作り食事



上記以外にも脳トレやレクリエーションも実施  
お気軽にご見学にいらしてください