



三日坊主解消法

みなさんは、今年の目標は立てましたか？ 年が明けると、「今年こそがんばろう！」と目標を立ててみるのですが、早一ヶ月、そもそも目標を覚えているでしょうか？（笑）そんな三日坊主に悩んでいる方向けに、とっておきの方法をお教え致します。それは「If-then プランニング」です。これは「Aしたら、Bする」という計画を立てる方法です。たとえば、「禁煙したい」と目標を立てた場合、「吸わない！」と意識をすることで、挫折します。「吸いたくなったら、ガムを噛む」とプランニングして実行するのです。例えば、今年は支援経過を溜めずに書くぞ！と目標を立てた場合、「事務所に戻ったら、まず記録を書く」と決めておきます。この方法が効果的な理由として、人間の脳は、事前に「AをしたらB」と決めておくことでその命令に反応するようにできています。意識だけに頼る方法よりも、この方法を使うと3倍目標達成率が上がったという実験データがありますので、ぜひ「If-then プランニング」試してみてください！



美味しい紹介コーナー

さがみの亭 鳥中 ご存知の方多いかと思いますが…昔からある相模原駅、橋本駅付近にあるお店です。ココの若鳥の手羽がインパクトのある大きさで木もさくさく食べ応えも十分でとてもおいしいです。私は当日事前に電話しておきテイクアウト(^_^)テイクアウトの紙袋もなんか美味しさ倍増な気がしていいですよね〜♪食べたことない方は是非食べてほしい一品です！



名物若鳥の手羽揚げ

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るの鈴木です。今月のオススメ音楽は番外編です。今回は今まで聞いてきたアーティスト&曲の中で断トツの歌唱力に感動させられた**男性歌手**のオススメです。1人目はっ！m.c.a.t（本名：富樫明生）さん！曲は「ごきげんだぜっ」ダンプがカバーして有名な曲ですが…本家のライブ映像はクオリティやばすぎです！！この方は時代を先取りしすぎてしまったと思ってます。2人目は！久保田利伸さん！曲は「golden smile」この方の歌の上手さは化け物ですね…ライブのクオリティも化け物でかっこよすぎ！！楽しそうに歌うんですよねえ！！3人目は！King Gnuの井口さん！曲は「三文小説」。まさか…令和の時代にこんな曲に出会えると思ってませんでした…男性の高音が苦手だった僕が完全に魅了された声…そしてタイトルから歌詞、曲すべてにおいてすべて最高です☆彼ら3人はホントに僕の中での歌唱力TOP3です☆ぜひ☆

〒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.7



福祉用具Instagram QRコード



福祉用具レンタル・住宅改修何でもご相談ください！
鈴木・米田・松崎まで！TEL 042-713-1505



ゆいまーるYouTube QRコード

おすすめ商品

おすすめ商品 **とまっティ (自走)**



立ち上がると自然と自動で**ハンバックスレーキ**が働き、転倒を未然に防ぐ車椅子

お医者さんの円座クッション



低反発クッションで、リバーシブルのカバー付き(表…ふんわりやわらか・裏…綿と麻使用でサラッと爽やか)ラクに座れて疲れにくく快適に過ごせ、美しい姿勢に！





こんにちは！福祉用具研究所 ゆいまろの小澤です。
「ゆいまろREPORT」ご好評をいただき、ありがとうございます。
第8回目は！！平成30年8月に相模原に誕生された
『訪問看護ステーションルースト相模原』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。

H30.8月に相模原に誕生した訪問看護ステーションです。
八王子にも訪問看護、デイサービス、整体院などあります。
今年で4年目、まだまだフレッシュ？です。



事業所の特徴はどのようなところですか？

女性の多いステーションで、きめ細やかな看護を目指しています。また、理学療法士の監修のもと、看護師がリハビリを行っています。
医療的なケアとリハビリミックスも可能です。地域の病院との連携を深めており、医療的ケアもどうぞお任せください！！
がんの利用者さまや、難病をお持ちの方、ターミナル期、緩和ケアなどに強く、必要とあらばアロマオイルを使用して痛みや不安に寄り添っています。

皆様へ一言お願いします。

R4.1月より新しく3人の看護師が仲間入りいたしました！より一層、丁寧なケアを目指し、利用者様の療養生活をサポートできるようになりました。
皆、恥ずかしがり屋さんでなかなか写真撮影に応じてくれないため、写真は少ないですが、美人ぞろい？です(´▽`)
利用者様に本当に必要な医療ケアを提案し、ルーストでよかったと感じていただけたら幸いです。
また、2月中旬からは相模原市南区上鶴間にサテライト事業所オープンいたします！こちらもどうぞよろしくお願ひいたします！

〒252-0137
相模原市緑区二本松2-54-15メゾン・N102

お問い合わせは…矢島(管理者)まで
TEL 042-703-9160
訪問看護ステーション ルースト相模原



ルースト相模原さん
ありがとうございました！



「家に帰りたい、帰してあげたい」
在宅療養の不安も気軽にご相談下さい

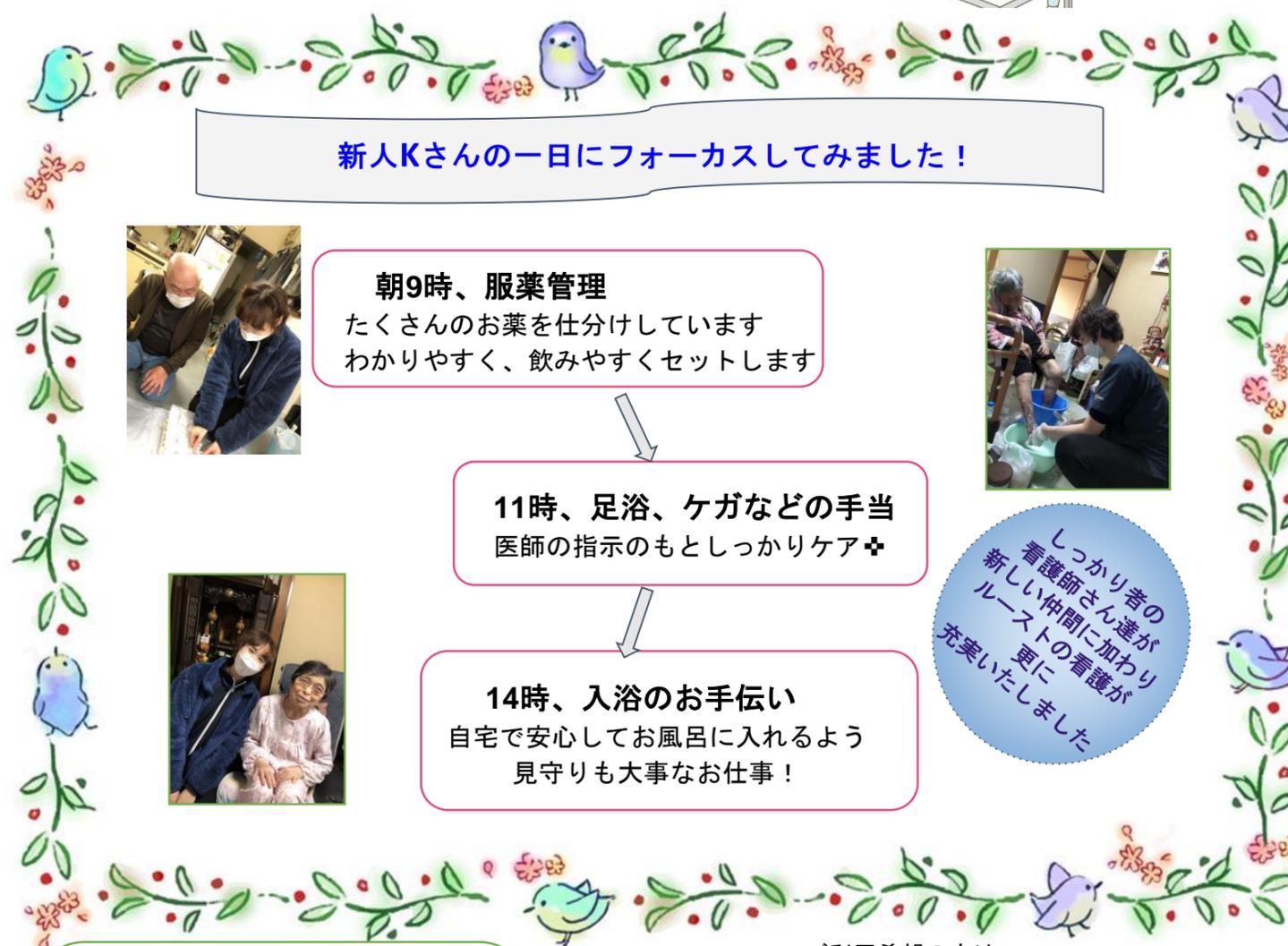


ご自宅で
リハビリもできます



こんにちは！
訪問看護です

ルースト相模原です
訪問看護では
主に医療面から
住み慣れたお家での療養生活を
サポートしています！



コロナ渦……
ご自宅での生活に
様々な不安もありますが
精一杯皆様の療養生活を
サポートしています
ご自宅にお邪魔した際は
可愛がってやってください
(*^^*)

ご利用希望の方は
ケアマネさん等にご相談ください！



訪問看護ステーション
ルースト相模原

*利用者さまに了承を得て十分な感染対策の上、撮影しております