

笑う門には福来る



今までにないくらいの暑い夏かと思えば、ここにきて豪雨や台風、そして、各地で起こる災害、いったい地球はどうなるのか心配になりますね（ややのいえの朝顔が今頃になって咲き始めました）。お布団で眠られる、温かいご飯が食べられる、そういった普通の日常を過ごせる事に感謝、感謝の毎日ですね。

ややのいえの“ややレンジャー”

訪問看護ステーションややのいえのスタッフは、ゴレンジャーならぬ「ややレンジャー」です。そして、みんなをサポートしているのが管理者の榊原です。ややレンジャーは「ややのいえの4つの理念」を胸に、皆様の身体の健康と心の平穩の為に今日も愛のあるケアをお届けすることを使命としています。



さて、皆さんは何色がどの人だと思いますか？

「〇〇さんは赤やんな。」「〇〇さんはもちろん黄色やろ。」とご家族で楽しんでみて下さい。次の訪問時に誰を何色にしたか教えて下さいね。

ややのいえの4つの理念

「とことん当事者」「人として出会う」「自分ごとから考える」「十位一体のネットワーク」

ご本人の思いに寄り添う事、私達も一人の人として皆さんと向き合う事、何事も自分事として考える事、十人十色のお一人おひとりに、医療保健福祉サービスだけでなく地域の様々なネットワークでサポートさせて頂きます。



これはスタッフみんなで考えた“やりたい事”リストです。利用者さんとうちが、こんな場所を作りたい、〇〇の勉強をするなど、こうしたい、ああしたいという事をたくさん書き出し、事務所の壁に貼ってあります。そして、達成できたものにはお花を貼っています(^^)

♪ちょっといい話♪

早朝から事務所から笑い声が聞こえてくるややのいえ。早くその笑いに入りたくて、余計に着替えに手間取ってしまうスタッフも・・・。朝から笑い声のする職場は、毎日が笑う門には福来るです。





看護師さんのちょっと一言いいかしら?

よくてよ

先月ご紹介した「幸せグッツ体操」「あっは〜ん♡体操」続けていらっしゃいますか?今から寒くなってきますから、是非継続して下さいね。

さて、今月は **なりきりロダン大作戦!**

皆さんは、ロダンの「考える人」知っていますか?実は、この考える人の姿勢がトイレの排便姿勢にぴったりなんです。せっかくの食欲の秋、正しい排便姿勢で出すものをすっきり出して、美味しくご飯を頂きましょう。

ではいきなりですが、間違い探し〜(パチパチ)
左右のイラストの間違いを5つ見つけて下さい。
(※多少の画力の無さはお許し下さいね)



さあ、5つわかりましたか?

では、答えです。

- ①頭に鳥がのっている
- ②冷や汗を流している
- ③手がピースになっている
- ④背筋が真っ直ぐ伸びている
- ⑤足がべたっとなっている

実は、頭に鳥がのっていようが、手がどうであろうが関係ないのです。

④と⑤が一番の間違いです。

左側のイラストのように**かかとを上げてつま先に重心**をかけます。そして、**前かがみの姿勢**をとることで、肛門が開き、スムーズに排便することができます。あとは**深呼吸**するなどして便意の訪れを待ちましょう!但し、トイレで長くいきむのは禁物ですよ。では、皆さん素敵な便活ライフを〜(^^)



ややのいえに駆け出し演歌歌手“空 大樹さん”がやってきました♪



榊原の愛媛の先輩保健師の息子さんで演歌歌手をされている空大樹さんが、営業途中に訪ねてきて下さいました。

とっても近い距離で『宇和島の夜』『大空へ〜ピアノバージョン〜』の2曲を熱唱して頂きました。即席の花吹雪やおひねりも仕込みましたが、空大樹さんのイケメンぶりにうっとり♡

次回こちらにおいでる機会があれば、今度は皆さんにもお知らせしますね。

おうちにピアノ眠っていませんか?



皆さんのお宅に不要になったピアノはございませんか?

ややのいえで使わせて頂きたい、只今大募集中です!

お譲り頂ける方、48-4988までご連絡お願い致します。



「ややのいえホームページ」もよろしくお願ひします
「ややのいえ」で検索して下さい。