

Lac

ライフアートコミュニティ佐保の里
通所介護・訪問介護・居宅介護支援

佐保の里たより



ディサービスセンター佐保の里

〒630-8105

奈良市佐保台2丁目902-241

電話：0742-70-5020

FAX：0742-70-5022

青山ディサービスセンター

〒630-8101

奈良市青山4丁目3番地

電話：0742-23-1020

FAX：0742-23-3022

ホームページ <http://www.lifeartcommunity.com>

「地域とのつながり」 「介護施設としての使命」



平成24年度4月から介護報酬改定が実施され、益々介護現場は「地域社会に密着し、介護を望む又必要とする生活者に対し生きる喜びと健康を守る為に限りない努力を重ねる」ことの重要性が要求されています。

施設の企業理念でも謳われているまさにこの内容が今後の佐保の里のコンセプトであるとも考えられます。

と
か
内
容
が
今
後
の
佐
保
の
里
の
コ
ン
セ
プ
ト
で
あ
る
と
も
考
え
ら
れ
ま
す。



奈良の地域に密着し想うこと

こんな素晴らしい歴史のある奈良に暮らす私達にとって、人生の最期を住み慣れた地で迎えたいと誰もが考えておられるのではありませんか？私共施設にとって「おもてなしの心」「ホスピタリティ」を軸に在宅での支援が出来ればと思い、日々努力と勉強を積み重ね、ご利用者様、ご家族様、地域の皆様に貢献していける事を念頭におき、在宅での介護サービスに励んでおります。また歴史のある奈良のように夫々の意味合いを理解し、広く大きな奉仕の精神をもち、皆様に「満足」というより良いサービスが提供出来ますよう職員一同邁進して参ります。今後共ご支援、ご指導のほど宜しくお願い申し上げます。

8年目に入るにあたり、私自身遣り甲斐を感じるとともに、今まで以上に責任の重さをも感じています。また青山デイサービスセンターと共に更なる精進と人材の育成に尽力を傾け、益々ご利用者様のニーズに対応すべく組織・システムを構築していく為に、より一層身を引き締め精進していきたいと思っております。ご支援頂く地域の皆様に「心」から信頼され、愛される施設を目指して日々邁進して参りたいと思っておりますので今後ともよろしくお願い申し上げます。

理 念

- 一、我々は地域社会に密着し、介護を望む又必要とする生活者に対し、生きる喜びと健康を守る為に、限りない努力を重ねる
- 二、我々は人類、社会に対し、人として企業として公的な使命が何かを大切に考え、私利私欲を廃し、誇りをもって具体的に貢献し続ける
- 三、我々は我々の生活を支えるべく企業発展を前向きかつ真剣に考え、果てしなく行動し続ける



レクリエーション

壁画制作



佐保の里ご利用者様の作品
「紫陽花」

「佐保の里」「青山デイサービスセンター」では、毎月テーマを決めて「壁画作品」をご利用者様と一緒に作っています。制作するテーマによっては、半月を要する作品もあり、毎日少しずつ丹精込めて作っています。

6月は、「佐保の里」は「紫陽花」、青山デイサービスセンターは「雨の風景」をテーマに制作しました。



青山デイサービスセンターの
ご利用者様の作品「雨の風景」

紫陽花

＜紫陽花の花ことば＞

「移り気」「高慢」「自慢家」
「元気な女性」「無情」「浮気」
「変節」「あなたは冷たい」
「辛抱強い愛情」
「あなたは美しいが冷淡だ」



紫陽花は、日本に10数種が自生する。原種は、青紫色とされていて、花びらに見えるのは「萼」、本当の花は中心部分の丸い粒のような部分である。もともとは、「あずさい」と呼ばれていたとされている。



青山デイサービスセンター

手作りおやつ



食べるのがもったいない！

青山デイサービスセンターでは、毎月恒例で「外出ドライブ」と「手作りおやつ」を行っています。6月の梅雨の晴れ間に、奈良市神功にある公園まで車2台に分乗してドライブに行きました。



ドライブ



神功公園でハイチーズ

佐保の里

佐保の里は、毎年6月に「あじさい」が綺麗に咲いている木津川市にある「恭仁京」にドライブに行くことにしています。当日は天候にも恵まれ、鮮やかに咲いている「あじさい」を見ながら、おやつをいただきました。



自慢のご利用者さん

青山ディサービス

木津川市在住

田中 明利 様

昭和13年8月生まれ 73歳

笑顔が素敵で、どなたとでも気さくにお話しをされる

青山ディサービスのムードメーカー。

野球がお好きで、阪神の大ファンです！！



田中様をご紹介します



田中さんは愛媛県松山市のご出身で、8人兄弟の二男としてお生まれになりました。スポーツ万能で、柔道初段、野球では郡代表に選ばれ、常にレギュラーとして活躍されていました。鉄関係のお仕事に携わり、得意先を広げるために全国に営業に廻り、月の20日は出張される日々を過ごしておられました。部下の教育を任されることも多く、田中さん流の育て方は「**部下を信用すること**」、「**ミスは引き受けること**」だそうです。時には厳しく、時には優しく教育されていたそうです。会社を任され、バリバリとお仕事をされていたそんな最中、今から22年前の平成2年に、51歳という若さで脳梗塞を患われ、左半身完全麻痺になりました。「これから」という時期の発症でしたので、一時は自分を追い込まれたこともあったそうですが、懸命のリハビリで病気と上手く付き合っておられます。ケアマネジャーの紹介で、2年前より週2回ディサービスをご利用下さり、お試しでお越しになる方へ率先して声かけをして下さり、田中さんのお陰でディの中は活気付いています。

現在の楽しみ・・・

奥様と二人暮らしですが、近くに娘さんご家族がお住まいで、6年生になるお孫さんは、目の中に入れても痛くない存在だそうです。最近膝の上に座ってくれなくなったなあと、少し寂しそうにしておられましたが、「**おばあちゃんの作るお料理は宇宙一美味しい**」と、こんな可愛いことを言ってくれるんですと満面の笑みでお話しして下さいました。田中さんも奥様の手料理がいつも楽しみだそうです。



健康の秘訣・・・

毎日**5000歩**から**7000歩**ご近所を散歩され、色々な方とお話しをされることでご自分で世間を広くするきっかけを作っておられます。又、現在充実した日々を過ごしておられ、ストレスがないそうです。

青山に一言お願いします・・・

施設の雰囲気も良く、職員も優しく声掛けをしてくれるので「皆、自分の子供みたいだ」と可愛がって下さっています。お散歩中に転倒されたそうですが、PTの個別指導を受けておられたので、ご自分で立ち上がることが出来、助かりましたとおっしゃって下さいました。お怪我もなかったようで安心しました。

田中さんとのお話し、大変楽しかったです。貴重なお時間をありがとうございました。

インタビュー担当: 社長室 黒瀬

掲 示 板



7月の奈良の行事・祭り

東大寺大仏殿で7月28日に行われる「**解除会(けじょえ)**」についてご紹介いたします。

解除会(けじょえ)は、わが国で古来より行われていた六月の晦日の「夏越(なごし)の祓(はらえ)」や「水無月祓(はらえ)」と深い関係がある仏会です。

延喜元年(901)三月に東大寺別当律師道義が秋の始めに毎年流行する疫病を防ぐために、奈良の諸大寺に呼びかけて、同年六月二十八日より始めた法会で、七大寺の僧二百四、五十人、楽人六十余人を講堂に集めて行われたと伝えられます。

当初は観音の画像を新写して除疫を祈願し、解除と大書した御幣を二本作って講堂の前庭に立てたといわれ、東大寺の講堂を焼失してからは、大仏殿内の如意輪観音を本尊として勤められてきました。

この解除会は、応仁・文明の乱以後一時中絶したものの、江戸時代に再興され、今日では毎年七月二十八日、大仏殿で盧舎那仏(大仏さま)を本尊として勤められています。

大仏さまの前に茅草で作った茅の輪(ちのわ)が置かれ、東大寺の僧侶がこれをくぐり、厄除けの法要が行われます。今年の悪病から逃れる事が出来ると言われ、疫病退散と家内安全を祈願します。

東大寺 公式ホームページより



(茅の輪をくぐって参拝することができます)



合同安全運転講習会の実施



最近交通事故が増加している状況で、私たち「佐保の里」及び㈱ライフアートプランテック(親会社)でも、ご利用様を送迎、営業等「車」を使うことが日常化しています。ご利用様を安全に送迎することは、介護施設としての責任でもあり、交通事故、接触事故の防止のため、5月29日(火)の午後6時30分より約1時間合同で安全運転講習会を実施いたしました。

今回は、日頃ロードサービス等でお世話になっています「(社)日本自動車連盟(JAF)」奈良支部 加藤氏に講師をお願いし、安全運転管理術「自分の運転を見直す」「追突事故の防止」「出会い頭事故の防止」「右直事故の防止」を中心に講義いただきました。事故等の防止には、運転手自らが常日頃から「安全運転」を意識した運転を心掛ける事が重要です。



介護技術講習

定例的に職員が講師となり「介護技術」の講習会を実施しています。今回は、介護支援専門員でもあり特別養護老人ホームで経験されている酒井ケアマネジャーが講師となり、利用者に対する介護技術「排泄介助」を、訪問介護のヘルパー、デイサービスの職員が講習を受けました。特に訪問介護では、ヘルパー一人でサービスを行うため、全員が習得できるように職員を利用者に見立て実習いたしました。



第8回佐保の里「納涼祭」のご案内

毎年恒例となっています「佐保の里 納涼祭」の季節がやってまいりました。

今年は8回目を迎え、回を重ねる毎に沢山のご利用者様・ご家族様をはじめ地域の皆様にご来場いただき、またご協力いただき誠にありがとうございます。

※今年もミニバザーを開催します。ご家庭に**未使用品**で提供頂ける品物がございましたらご協力お願いします。

※当日お手伝いしていただける**ボランティア**さんも募集しています。 **下記実行委員までご連絡下さい。**

【日時】 平成24年7月29日(日) 午後5時から予定

【場所】 ライフアートコミュニティ「佐保の里」 駐車場

お問合せ TEL 0742-70-5020 実行委員：藤永・谷本・春木

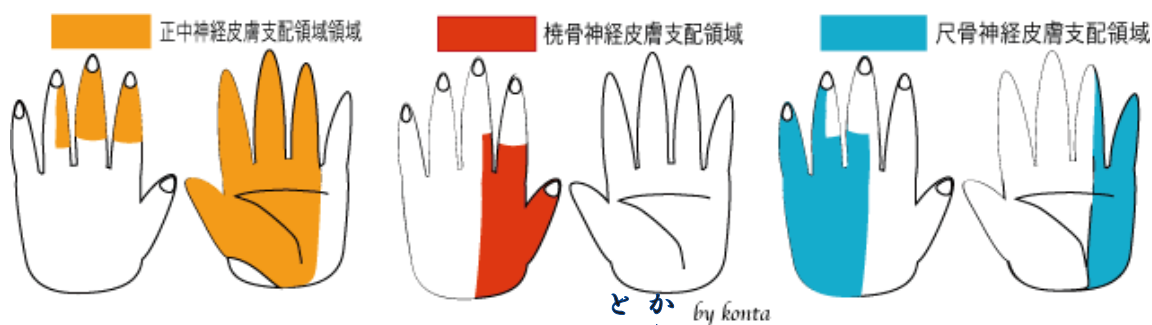
介護予防 ~上肢の痺れ~

【上肢の痺れの原因】

上肢の訴えの中で最も多いものの一つに痺れがあります。痺れには、その痺れ方、時間、範囲によって原因はある程度予測がつけます。正座の後のような一時的な痺れは特に問題ありませんが、長期間痺れが続く場合は神経に問題が生じていると考えられます。

寝ていて、起きた時に体の下側になっていたところが痺れていたという経験は誰でもあると思います。これは、体重がかかり、その部位の血行が悪化したことによる痺れなので問題ありません。正座による痺れもこれと同じです。

上肢には3本の神経が通っています。正中(せいちゅう)神経、橈骨(とうこつ)神経、尺骨(しゃっこつ)神経です。これらの神経に障害があると、それぞれ特徴のある感覚麻痺、運動麻痺が生じます。上記の原因以外にも、これらの神経の通る道のどこかで障害を受けることもあります。



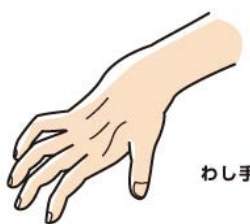
【神経麻痺の種類】

手の親指から中指までと、薬指の親指側半分[☆]の掌側だけが痺れている場合は正中神経の障害と考えられ、手根管(しゅこんかん)症候群が最も疑われます。初期や軽症のときは、人差し指、中指の痺れだけのこともあります。また、親指を動かす筋肉が衰え、掌が平べったくなり、OKサインをつくると潰れた丸になっていしまいます(猿手)。

親指から中指の掌背側の痺れでは、橈骨神経麻痺が最も疑われます。手首を持ち上げる筋肉の麻痺も起こる為、手首がだらんと垂れさがったようになります(下垂手)。

小指と薬指の小指側半分の手[☆]の甲(掌背)側が痺れたら、尺骨神経の障害で肘部管(ちゅうぶかん)症候群が最も疑われます。また、指の間の筋の委縮により、手指が鷲の爪のような変形をします(鷲手)。

一方、片側の手足や上肢のほかに口の周りなどが痺れる場合などには、頭の中の病気(脳腫瘍や脳血管障害などの頭蓋内病変)が疑われます。



【生活上の注意とりハビリ】

まずは冷やさないように気をつけましょう。筋肉が動かない為血行が悪くなり、冷えた感じがすると思います。寒い日に外出する時は手袋などで冷えない様にしましょう。

神経が回復してくると少しずつ自分で動かす必要はありますが、神経回復が完全でないため、筋疲労も想像異常に速く起こります。そのため、焦らずゆっくりと治療していきましょう。しっかり治療すれば後遺症も防げます。利き手の麻痺の場合は、できるだけ逆の手を使うなどして無理は避けて下さい。

また、手がうまく動かない事でイライラしたり不安になったりすることがあると思います。気分転換をするなどしてストレスがたまらないよう心がけてください。

治療は、病院などで整形外科医の指示の下、理学療法士が行います。神経の回復を促す為のマッサージや、麻痺した筋肉の萎縮を防ぎ、拘縮を予防、運動機能を低下させない為のアプローチ等を行なっていきます。徐々に動かせるようになったら、病院だけでなく自宅でも少しずつ動かしていきましょう。しかし、麻痺している筋肉が過度な疲労をきたすと、今度は回復においてブレーキになる事があります。このため、麻痺した神経と支配されている筋肉の回復状態を見極めながら、担当の先生の指導のもとに運動や社会復帰の為の計画を考えましょう。

青山デイサービスセンター

春から夏に移るにつれ気温も徐々に上がり、暑い日を過ごされているなかで「夏は嫌いだな・・・」
と思っておられる方、いらっしゃるのではないのでしょうか？しかし夏には夏のいいところがたくさん
あると思います。青山デイサービスセンターで今年の夏を皆様に満喫していただけるように職員
一同頑張りますので、これからも宜しくお願いします。



静養室リフォーム



・今まで静養室兼和室として使っていたスペースを、リフォームしま
した。これからはしんどい時にも安心してゆっくりできる場所を提供
することができとてもうれしい次第です。
これから夏本番、暑い日が続いて体も疲れてしんどい時もあると思
いますので、そんな時には気軽に職員に声をかけてくださいね。



＊静養室をリフォームしました。

将棋や囲碁、オセロなど



・以前は将棋や囲碁などされるご利用者様が少なかったのですが、
最近ではされる方が増えてきました。お風呂やスリングの待ち時間など
の空き時間を利用して打っておられます。ものすごい集中力で
されている御姿は圧倒されます。



＊真剣勝負です！！(-"-)

看護師さんの豆知識

熱中症にご注意！！

風邪かな？で体温測定

熱中症でも体温測定！



体温計は、わきの下の当て方によって 約1.5度も低くなります。

正しく測定しましょう！

腋窩(わき)に汗があると低く出るのでティッシュなどで汗を拭きとります。

体温計を腋窩の最深部に挿入します。その時 体温計を前下方から後上方に向けて
挿入することが大切です。



疲労感、頭痛、めまい等があれば、今の時期は 熱中症を疑い、すぐに体温測定をしましょう。

平熱より高い時は 室温を下げ、水分補給などで 体温を下げるのが大切です。

首に冷たいペットボトルや缶コーヒーを当てたり、衣服で調節しましょう。

今年は 節電が叫ばれ 室温が上がりがちです。室内でも熱中症の危険があるので注意しましょう。

(看護師 楠瀬 律子)

