



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



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>

佐保の里たより



「心の豊かさ」

平成25年3月で佐保の里がオープンして8年、青山ディサービスは3年が経ちます。皆様のおかげでここまでやってこれたことに日々感謝しております。

今年は6月オープン予定の新規ディサービスセンターの準備を進めておりますが、果たして今までと同じやり方でご利用者様に満足して頂けるのか、我々にとっても働きやすい環境を整えることが出来るのかと悩んでおります。建築やインテリアでの過ごしやすい環境作りも必要だと思うのですが、さらに重要なことは、組織力と職員の心の豊かさだと思います。

今までは職員の個々の力でご利用者様の為に尽力し、それを受け入れていただいていた部分が大きかったと感じておりますが、多店舗展開し、組織を大きくするという事は力を分散することになりかねません。

そこで、改めて企業理念を見つめ直し、一人一人の志を高くし、企業発展を望みたいと思っております。



- 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、限らない努力を重ねる
- 二、我々は人類、社会に対し、人として又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

「体の健康と癒し」「心の健康と癒し」を大切に、安心してご利用して頂ける福祉施設を目指し、日々努力をしていきたいと思っております。

今後ともご指導のほどよろしくお願い申し上げます。



理事 長田 康彦
本社 管理本部長

レクリエーション節分



今回は季節の行事「節分の豆まき」をご紹介しますながら、あらためて節分と豆まきの意味や始まり、風習を振り返ってみようと思います。ご存知の方がほとんどだと思いますが、意味や内容を再確認しながら行事の内容をより濃いもの出来るよう紹介させていただこうと思います。



節分は各季節の始まりの日(立春、立夏、立秋、立冬)の前日のこと。「季節を分ける」ことをも意味している。江戸時代以降は特に立春(毎年2月4日ごろ)の前日をさす場合が多い。



季節の変わり目には邪気(鬼)が生じると考えられており、それを追い払うために行い、豆は「摩滅」に通じ鬼に豆をぶつけることにより、邪気を追い払い一年の「無病息災」を願う意味があると言われています。豆をまく際の掛け声は「鬼は外、福は内」ですが、地域や神社によってはバリエーションがあり、鬼を祭神または神の使いとしている神社、また方避けの寺社では「鬼も内(鬼は内)」としているそうです。家庭内の豆まきで「鬼」の付く姓の家庭や鬼が付く地名では「鬼は内」の掛け声が多いといわれています。最近では、父親が鬼の役を演じ豆まきを盛り上げる事が多いですが、元来は家長たる父親あるいは年男が豆をまき鬼を追い払うものだったそうです。1年の厄除けを願い豆を自分の年齢(数え年)の数だけ食べる、また自分の年の数の2つ多く食べると、体が丈夫になり風邪をひかないというならわしがあるところもあるそうです。



イワシの頭とヒイラギ

焼いたイワシの頭の悪臭とヒイラギの棘で鬼を追い払うという魔除けの風習でイワシの頭とヒイラギを戸口に挿し邪気が家に入るのを防ぐという意味があるそうです。施設の利用者様も邪気が払えたと思います。



楽しい人形劇に佐保の里の利用者さんも引き込まれていました。

人形劇

今回はボランティアの「ポテト」の皆さんが、三匹の子豚を熱演して頂きました。三匹の子豚の人形はとても可愛いですが、一言一言大変分かり易くとても本格的で迫力のある人形劇を見せていただきました。

自慢のご利用者さん

奈良市東笹鉾町在住

青山デイサービスセンター

窪 フジ子様 84歳

窪さんは開設当初からご夫婦で利用開始されましたが、ご主人が他界された後も週2回ご利用頂いています。青山では壁画や張り絵などとても細かい作業を根気よくお手伝い下さり、とても気さくでいつも明るく前向きな方です



仲良し4人組(07)

窪さんをご紹介させていただきます



奈良県吉野郡川上村で、5人兄弟の3番目としてお生まれになられました。川上小学校、川上中学校に入学されましたが、途中病気にて長期療養を余儀なくされ大変辛い闘病生活を経験されておられました。



ご主人との出会い

窪さんが通院していた病院で、マッサージや鍼灸をされていた素敵なお主人と出会い、交際が始まりました。優しく、とても思いやりのある方で、ご主人から『俺が幸せにする』という優しい言葉にひかれめでたくご結婚されました。



青山デイサービスセンターをどう思われますか？

森井施設長の優しさやスタッフの方の配慮やアットホーム的な雰意気があり利用をいつも楽しみにしています。

窪さんから一言



『3年前、主人に先立たれ1人暮らしの寂しい生活を送っていましたが、青山デイサービスセンターに来られ、皆様と一緒に手のリハビリとして折紙、塗り絵を楽しんでいます。』

青山デイサービスセンターに来る事が“私の日課です”と、笑顔で話しておられました。

長時間のインタビュー有難うございました。はじめはとても恥ずかしがられておりましたが、たくさんのお話をして頂きました。

これからも窪さんの笑顔で青山デイサービスセンターを包んでくださいね。



窪さんの作品！



インタビュー担当

青山デイサービスセンター

布施田 明美

掲 示 板

熊野本宮大社を参拝



2月7日(木)、暦の上では立春がすぎ木々芽吹く時期ですが、まだ春が遠い紀伊路を南下し、「紀伊山地の霊場と参詣道」の一部として世界遺産にも登録された熊野古道を通り日本第一大霊験所「熊野本宮大社」を参拝しました。

熊野地域は、俗に熊野三千六百峰と言われる山深い紀伊半島南部に位置し自然の営みとともに歩み、「祈り」の文化が育まれてきた地であります。また、熊野は昔から「人生出発(たびだち)の地」とも言われています。

熊野本宮大社への参拝は、今年で3回目となり(株)ライフアートプランテック(株)ライフアートコミュニティ両社の社運隆昌と施設の安全、ご利用者様の健康、今年6月に奈良市内で3つ目のデイサービス開設の成功を祈願いたしました。

(仮称) 菅原デイサービスセンター地鎮祭

奈良市菅原町に、ライフアートコミュニティ佐保の里として新規のデイサービスの開設にあたり、2月22日(金)に施主、建築業者、当社の幹部が出席して、菅原天満宮の宮司により「地鎮祭」が執り行われました。

歴史ある「菅原の地」で開設することに、身が引き締まる思いで、成功を祈願しました。



介護職員マナー研修



ライフアートコミュニティ佐保の里では、将来の幹部職員の育成のため施設内外で研修を実施しています。

今回は、2月10日(日)に研修の場を奈良市内のホテルにと環境も変え、講師も外部の講師に委託して、社会人として基礎的なマナーの習得をライフアートコミュニティ佐保の里正職員、親会社の(株)ライフアートプランテックの幹部職員にも参加いただき実施いたしました。

研修の内容は、組織の一員としての心得、ビジネスマナーの重要性、身だしなみの基本的な心得、基本動作(挨拶、基本姿勢、おじぎ)、電話対応の心構えと基礎知識等、サービス業として基本的な内容ですが、各自が日頃の行いを見直す良い機会となりました。



昇 格 人 事

平成25年2月1日付けで昇格人事の発表があり、藪内 桂子さんが副施設長に昇格されました。
＜藪内副施設長の抱負＞

ご利用者様にはいつも感謝の気持ちでいっぱいです。
うれしい事、悲しい事、色々な事がありますが、全て大切な経験です。周りの方々全てに感謝の心を伝えるために、出来ることは「強く生きる」こと、そして頑張っている姿を見せていくことだと思っています。

副施設長としてまだまだ、これからですがそのような気持ちで皆様に貢献できるよう努力していきたいと思っております。最後に私の今の好きな言葉です。

『心をやわらかく、笑いは天の花 いっぱい笑って下さい』 宜しくお願いします。



藪内副施設長



介護予防

～スリング運動～

【ご利用者様の声】

佐保の里のご利用者様にスリング運動に対する声をお聞きしてみました。いくつか紹介したいと思います。

30分たっぷりやるとちょうどいいしんどさ。足りない分は自主的にマシンをやって補うようにしている。
男性M様(77歳)

何とも感じない。
女性S様(84歳)

スリング運動があるから佐保に通っているようなもの。最高！
女性Y様(83歳)

佐保に来ない日は歩くのもしんどい。
女性N様(82歳)

最初のころと比べると筋肉ついた。歩く時に杖が要らなくなった。佐保に来ない日は肩がこる。
女性I様(82歳)



体力の維持が来ている。少し休みながらでないと、少ししんどい。
男性N様(63歳)

ご利用者様の声をお聞きしたところ、スリング運動の効果が出ているという声がほとんどでした。佐保の里利用前は運動の習慣がなかった方や、退院後のリハビリ目的の方が多くはないかと思えます。高齢者になると運動機能の低下が大きな問題になりますが、運動機能の維持・向上の為に適度な負荷のある定期的な運動が必要となります。その中で佐保の里・青山のスリング運動が一役買っていると思うとスタッフ一同嬉しく思います。今後もより皆様のお体の為に、頑張っていきたいと思えます。

【4月からの新しいスリング運動について】

4月からはまた新しいメニューになります。テーマは「座位・立位姿勢」です。基本的に正しい姿勢というのは傾きなどなく、体は真っすぐなものです。しかし、加齢や様々な疾患などによって姿勢は崩れます。

例えば、お尻が前にずれてしまった座り方は高齢者によくみられます。本来ならば骨盤の坐骨という骨で体重を支えるのですが、この姿勢では仙骨で体重を受けてしまいます。仙骨の部分に体重がかかることで褥瘡(床ずれ)の原因となります。その他にも胸郭が広がりにくくなることで呼吸時の換気効率の低下、頸部が屈曲し喉がつかえて嚥下の障害になるなど多くの問題が生じます。また、脳梗塞などの片麻痺では運動麻痺や感覚麻痺によって姿勢が左右に傾きやすく、これも褥瘡などの原因になります。

これらの問題を解決する為に、座位・立位姿勢の改善をテーマとした運動プログラムを考えています。お楽しみにしてください。



理学療法士 上東 剛志

新規事業紹介

佐保の里 3号店 6月オープン予定!

ライフアートコミュニティ佐保の里がデイサービスセンター佐保の里、青山デイサービスセンターに続いて(仮称)菅原デイサービスセンターを本年6月に奈良市菅原町にオープン予定です。



建物完成予想図

【理念】

佐保の里と青山同様、「体の健康と癒し」、「心の健康と癒し」をテーマにして、地域社会との共存共栄の下に、ご利用者様に生きる喜びと、健康を守るために限らない努力を惜しみません。

【リハビリ・トレーニング】

- ・リハビリテーション室スタッフ(理学療法士、予防運動指導員他)が吟味したプログラムをもとにレッドコードを使用したスリンググループエクササイズとマシンエクササイズによる相乗効果により運動効果を高め、機能回復を図ります。(体力測定により運動効果が定量的に判定できます。)
- ・理学療法士による個別リハビリも実施しています。

【営業概要】

規模:通常規模型(当初20名定員、最大40名定員)
営業日:日曜日と年末年始(12月30日~1月3日)を除く毎日
時間:午前9時~午後4時30分(7H-9H)

【サービス内容】

- ・お迎えサービス
 - ・バイタルチェック(問診、血圧測定、脈拍、体温測定)
 - ・入浴(一般浴、個浴、特浴)
 - ・昼食(現地調理)
 - ・リハビリ(午前と午後に分かれてスリンググループエクササイズ、マシントレーニング、PTによる個別リハビリ)
 - ・レクリエーション(ドライブ、カラオケ、映画鑑賞、手芸教室他)
 - ・おやつ
 - ・旗体操(音楽と旗を使ったリハビリ)
 - ・お送りサービス
 - ・足癒コーナー(温熱ナノミスト・フットスパ使用)
(これまでの「お湯」の足湯と違いイオン効果による清潔な足癒です)
- 終日利用可能



機能訓練室



足癒コーナー



トレーニングルーム

＜アクセス＞



お問い合わせ : 佐保の里内開設準備室までTEL:0742-70-5020

(担当: 本宮・山口・藤永)