



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

青山ディサービスセンター

〒630-8101 奈良市青山4丁目3番

電話：0742-23-1020

菅原ディサービスセンター

〒631-0842 奈良市菅原町298-1

電話：0742-53-2020

新大宮ディサービスセンター

〒630-8115 奈良市大宮町3丁目4-18

電話：0742-30-3560

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

佐保の里たより



事業所紹介

「青山ディサービスセンター」

青山デイサービスセンターは、平成21年6月1日にオープンしてから、5年8ヶ月が経過いたしました。これも、ご利用者様をはじめとする、多くの方々のご協力のおかげでございます。

青山デイサービスセンターの特色として、22名定員という通常規模で、ご利用者様と職員の距離が近く、アットホームな雰囲気が感じられます。

レクリエーションでは、手芸・音楽療法・スポーツゲームなどの他、春の花見、秋の紅葉狩り、クリスマス会、敬老のお食事会等々、季節に応じた催し物・ドライブなどを実施しております。ほとんどのご利用者様が参加され、和気あいあいと楽しまれています。

リハビリでは、基本的にはレッドコードとHURマシンを使用したリハビリを実施しています。また、身体状況によりグルーフトレーニングが難しいご利用者様には、個別で歩行訓練などを行っています。ご利用者様がリハビリを楽しくできるように、職員が声掛けを行い、積極的に参加していただいています。



音楽療法レクリエーションの写真です。

青山デイサービスセンターは、ご利用者様に楽しい時間を提供するように今後も日々努力していきます。

ご利用者様やご家族様が笑顔で幸せに過ごせるように、出来る限りのお手伝いをさせて頂きたいと思っております。

これからも青山デイサービスセンターをどうぞよろしくお願い致します。



青山デイサービスセンター

センター長 谷本 俊宏

レクリエーション



カレンダー制作



ライフアートコミュニティ佐保の里グループの4つのデイサービス(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・菅原デイサービスセンター・新大宮デイサービスセンター)では毎日、各センターで様々なレクリエーションを行っています。

その中で共通して行っているレクリエーションをご紹介します。

その一つが「カレンダー制作」です。毎月季節感のあるカレンダーをご利用者様と一緒に作ります。このカレンダー制作は作品を作るだけの制作活動ではありません。ご利用者様の生活の中で活用できるように一緒に作ります。作品の案をご利用者様と考える事があったり、器用な方は作品をご自身でアレンジを加えオリジナルに仕上げられる方もおられます。



日付部分には、デイサービス利用日に色付けをされたり、予定を書き込んだりと、生活のリズムを整えるアイテムにもなっています。限られた日にちでレクリエーションの予定を組んでいますが、ご利用日にカレンダー制作の予定がないと残念がられるご利用者様もおられます。材料を持ち帰って作られる方もおられます。出来上がった作品を自宅でどのように活用されているかお聞きすると「ベットの横に飾ってます」「目につく所に張ってます」「孫にプレゼントしています」などとそれぞれ活用して下さっています。



豆まき



毎日のレクリエーションの中で季節の行事も大切にしています。今回は2月の節分をご紹介します。

節分とはほとんど春、夏、秋、冬の区切りの事を言っていたそうです。年4回ある節分の中でも冬から春になる時が一番大切な節分だったそうです。昔は冬が終わって春が来る日を一年の始まりと考え、大昔は一年のしめくくりの行事だったそうです。豆まきも鬼を退治する効果があると信じていましたが、昔の人は病気はすべて鬼のしわざと考えられていました。

そこで悪いことをする鬼が来ないようにと願って豆をまいたと言われています。

レクリエーションの中で季節の行事の意味を再確認しながらご利用者様と行事を楽しんでいます。

自宅の玄関に「柊鰯(ヒイラギいわし)」を飾られている方もいらっしゃいました。

なかなか見る機会が少なくなっている現在はとても貴重だと感じました。



赤鬼さんの中にはお掃除用具が！？
キレイ好き？！

青鬼さんは何かを狙ってる？
それとも狙われている？



自慢のご利用者様

新大宮ディサービスセンター

加茂在住

吉田 泰子 様 88歳

大正15年10月17日 生まれ

とてもおしゃれな吉田様は、冬は手編みのセーター、夏はジーパン、と心も身体もとてもお若くパワフルな方です。加茂方面より週3回ご利用下さっています。



吉田様の思い出



吉田様は、8人兄弟の6番目として大阪でお生まれになりました。男性4人、女性4人のご兄弟でしたが、当時戦争中だったために残念ながら亡くなられたご兄弟もいらっしゃるようですが、大家族の中で育ってこられました。

20代前半でご結婚をされ、娘様お2人と7つ離れた息子様と、3人のお子様に恵まれました。3人のお子様がそれぞれ巣立っていかれ、ご主人様とお2人で生活されていたところ、娘様のお声掛けにより、10年前に住み慣れた大阪から加茂へ引っ越してこられ、6年前に最愛のご主人様を亡くされ、現在は一人で生活をされています。

元気の源

息子さん、娘さんが吉田様のことを第一に考えて、身の回りのことをして下さるので、お一人暮らしでもとても安心して生活できるそうです。また、栄養士の資格をお持ちの娘様が、毎日おかずを作ってくれて下さるので栄養面のバランスもよく、お身体も健康だそうです。

新大宮ディサービスでは、お近くの席になった方がお困りの時には手を差し伸べてお手伝いをされたり、苦手なことがあれば、一緒に解決しようとされたり、周りの方への気配りを常にして下さっています。又、お話しをすることもとてもお好きで、ご自宅と新大宮の行き帰りの車の中も、お話しに夢中になるのであっという間に時間が過ぎてしまうそうです。

息子さん、娘さんのためにも、健康で長生きしたいですとおっしゃっていました。



新大宮ディサービスの印象について伺いました

施設の雰囲気も良く、活気があり、ご飯も美味しくいただいています。現在は週3回の利用ですが、身体と相談しながら、もう1回利用を増やそうか検討中です。とお話しして下さいました。

吉田様の笑顔と会話で、これからも新大宮を盛り立てて下さい。

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：黒瀬



レッドコード

～グループトレーニング～

レッドコードは、ノルウェーで開発され世界各国でリハビリやフィットネスエクササイズとして行われているストレッチや筋力増強の為に効果的な運動療法です。

天井から吊るされた赤いロープを利用することで、不安定な状況を安全に作り出し、脳や神経系に刺激を与えます。また体への負担を少なくし、神経や筋肉の働きを改善させることができます。レッドコードで身体のいろんな部分を吊るすことにより、体重が軽くなったように感じ、痛みやつらさを伴わないストレッチやしっかりとした筋力アップが可能で、高さを調整することで無理のないポジション設定や一人ひとりの体調や体の機能に応じた負荷レベルも設定できます。

また、自然な体の使い方や動きをみつけていくことができ、怪我や転倒防止にもつながっていきます。その結果、身の回り動作を自分でできるようになり、介助量の軽減にもつながります。

レッドコードの効果

1. リラクゼーション効果

首、肩こりの軽減

肩、腰、膝など関節の痛みの軽減

脳卒中、脳性麻痺などによる筋緊張を低下させ、柔軟性向上

2. 体の機能回復効果

バランス能力向上による日常動作の改善

循環機能の改善・筋力強化による肩こり、腰痛予防



これがレッドコードです。
約200kgまで
耐えられます。

今回は「階段昇降」が
テーマです。
踏み台を使って段差の
運動しています。



佐保の里ではレッドコードを利用して利用者様の日常生活動作能力の向上を目的としたグループトレーニングを実施しています。トレーニングメニューは入浴動作や階段昇降、立ち上がり動作等、日常生活における動作をテーマとし、ストレッチングから立位での運動まで30～40分のコースです。全てのメニューは理学療法士監修のもと、運動指導員が考案し、4ヶ月周期で作成しています。

佐保の里のグループトレーニングは楽しく行っていくことが第一と考えており、音楽をかけながら実施しています。最初のストレッチングを行うときはゆったりとした音楽、後半の運動を行うときはアップテンポの曲をかけ、気分を高めます。リハビリは辛いこともありますが、それでは長続きしません。皆で一緒に楽しく行えるリハビリを常に心がけています。



ライフアートコミュニティ佐保の里

リハビリ室 室長 谷本 俊宏
理学療法士 上東 剛志

佐保の里の強み・グループ としての仕組み・特徴

ライフアートコミュニティ佐保の里は、介護保険事業に携わる企業運営の在り方として、地域密着とご利用者が満足いただけることを最重要と考え、ご利用者一人一人を大切に「ホスピタリティ」と「ご利用者のニーズ」を具現化していくグループとして邁進し続け、「安心と安全」「癒しと健康」を保持できる暮らし・環境作りをお手伝いしたいと考えています。

ご利用者ニーズにあった対応

予防の推進
自立支援型の施設

通所介護

デイサービスセンター「佐保の里」も10年目を迎えることが出来ました。
外部環境の変化により、デイサービスの特色性や差別化を大きく打ち出し、利用者確保に繋げなければ、その存続は皆無に等しいほど厳しい時代に突入しました。
求められるニーズからも地域密着、医療との連携、予防事業の推進、生活支援サービスの提供が必要となります。そのような環境の変化の中、私たちデイサービス部門でも予防介護・リハビリに重点を置いた、スリング・マシンでのバランスの保持、筋力の維持による包括的リハビリの提供とご利用者が「生甲斐の持てる生活水準の維持」を目標に、「心と体の健康と癒し」をコンセプトに、今後も安全で安心してご利用いただけるよう佐保の里の「理念」に基づき誠意をもって取り組んでいます

現場調理

野菜中心の食事



理念

安心・安全
癒し・健康
地域密着

リハビリ重視

看護型、理学療法士の活用

スリング・マシン・個別リハビリ
リハビリテーションの充実



リハビリ力

リハビリは、平成18年、スリング、マシンの導入により、介護予防の柱でもある、自立支援に早期に着手し、地域のケアマネジャーや地域包括からもリハビリ力の高い事業所として評価されてきました。また体力測定による定量的な評価の実施やスリングの有効性を活かした日常生活動作の改善に力を注ぎ、より在宅生活での動作性の改善が図れるデイサービスとしてブランド力を高めていきます。
スリングメニューの豊富さや内容の深さは奈良市内でも認められています。



通常デイとしての機能

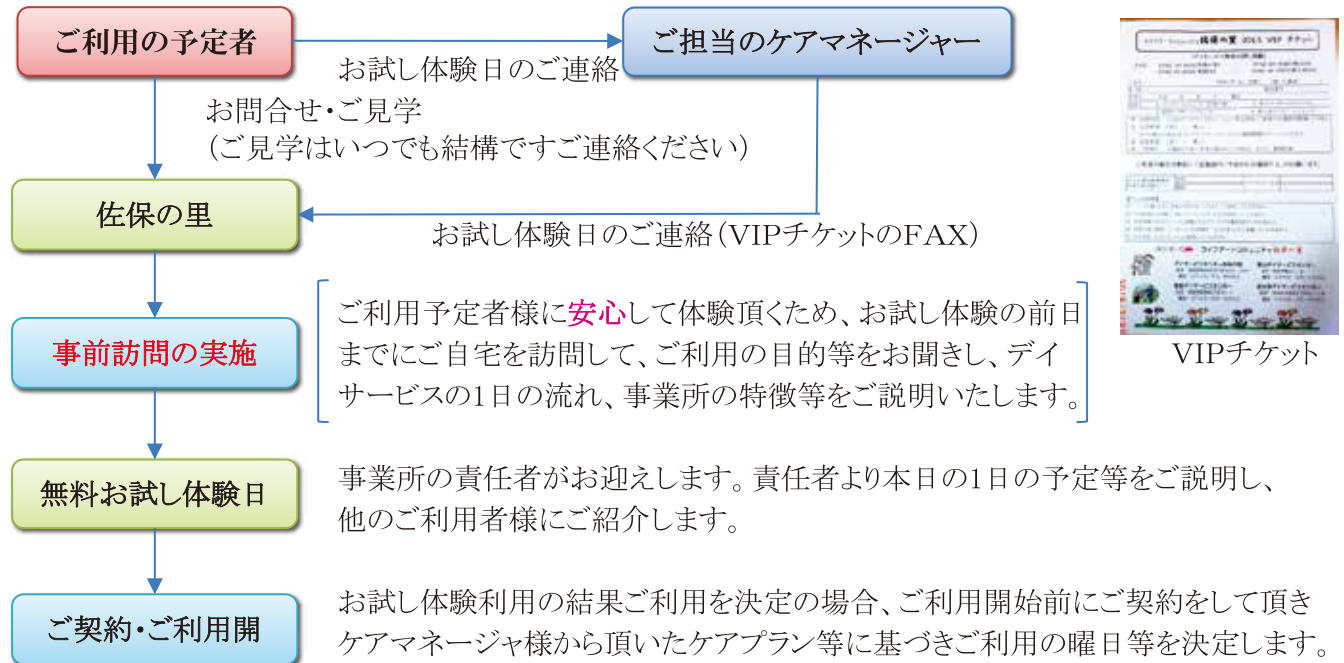
看護型サービスや職員のスキルアップのための勉強会の実施、人的資源の充実において、レベルの高い介護サービスを提供しています。ご利用者の安全と安心、また家族様の介護負担の軽減や豊富なレクリエーション内容の提供、安全で心地よい入浴、温かい食事の提供、1日利用への対応、遠方への送迎の実施等利用者、家族様ニーズを常に考慮した運営方法で取り組んでいます。

暖かな人間としての「おもてなしの心」とご利用者お一人おひとりの精神的、肉体的な面に寄り添える対応

掲 示 板

無料お試し体験

「佐保の里グループ」デイサービス4事業所では、ご利用者様に安心してご利用いただくため、「無料お試し体験」を実施しています。今回は、「無料お試し体験」からご利用までの流れについてご説明いたします。



ISO内部品質監査員研修

(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では、取引先、ご利用者様に満足して頂ける「製品・サービスの質の向上」を追求するため、「ISO9001」の認証を取得しています。

日頃の業務が、「理念」「品質方針」に基づき取引先・ご利用者様に満足して頂けるサービスを実施しているかどうか、年2回内部品質監査を実施しています。今回、内部品質監査を行うことができる監査員の養成のため、外部より講師に来ていただきISO9001:2008内部品質監査員養成講座及び研修を、2月10日(火)に両社から社長はじめ23名が参加し実施いたしました。

ISO9001が求めている規格要求事項とは、内部品質監査の実施手順、監査方法、監査結果の評価について1日講義を受け、資格試験の結果参加者全員が内部品質監査員の認定書を頂くことが出来ました。



熊野本宮大社参拝



2月12日(木)、暦の上では立春が過ぎ寒さも峠を越え、春の気配が感じられる時期、世界遺産で有名になった「紀伊山地の霊場と参詣道」の一部、熊野古道を通り「熊野本宮大社」を参拝しました。

熊野本宮大社の主祭神である「家都御子大神」(けつみこのかみ)は、本地仏「阿弥陀如来」とされ、神仏習舎を取り入れ、極楽浄土の中心にある仏の阿弥陀如来が本地仏になったことから、熊野の地は浄土を求める人々の聖地となっています。

また、熊野は「人生甦りの地」ともいわれ、神々が隠る深山の霊場の地熊野に入ると心を甦らせることができ、新たな気持ちとなります。昔から熊野は、「人生の出発(たびたち)の地」と言われる所以です。

熊野本宮大社へは平成23年より毎年参拝し、(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、(株)ライフアートファクトリー三社の社運隆昌と施設の安全、ご利用者様・職員の健康を祈願いたしました。