



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

「ディサービスセンター佐保の里」



平成17年3月奈良市佐保台に「佐保の里」を開設させていただき、10周年を迎えることができました。開設時より地域の皆様、ご利用者様・ご家族様、様々な方々のあたたかいご支援・ご協力に感謝し厚くお礼申し上げます。

この10年の間、ライフアートコミュニティ佐保の里でも様々な変化がありました。度重なる介護保険制度の改定がありましたが、「ディサービスセンター佐保の里」に続き「青山ディサービスセンター」「菅原ディサービスセンター」「新大宮ディサービスセンター」とディサービスセンターも4つ施設を開設させていただきました。



10年の間には環境の変化があれば、人も変化していきました。ご利用者様への思い、感謝の気持ちは変わらないものの、しかし環境の変化に対応し、変わりゆくもの、また変化に対応していくためには、変わる勇気も必要となります。頭と心をやわらかく、切磋琢磨し、成長し続けなければなりません。

これからも佐保の里グループとして、4つのディサービスセンターと居宅介護支援事業所、訪問介護事業所の6事業所が連携を図り、ご利用者様の目線に立ち、心に寄り添えるような施設造り、ご利用者様に「安全」で「安心」してご利用いただけるように、職員一同努力してまいります。

今後とも「ディサービスセンター佐保の里」を宜しくお願い申し上げます。



2月9日に行われた介護マナー社内研修

佐保の里では地域社会に密着し、介護を望む又は必要とする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。

また、「体」と「心」に「健康」と「癒し」をテーマにあらゆる取り組みを行います。

体の健康と癒し

予防介護、スリング、マシンによるリハビリトレーニングやストレッチ、心身のリラクゼーション、現場調理によるバランスのとれた食事の提供



心の健康と癒し

職員のホスピタリティー精神の向上、文化的なレクリエーション、セラピーティックケア習得及び研修、趣味の集い、アットホームな雰囲気



ディサービスセンター佐保の里
センター長 藪内 桂子

レクリエーション



～桜を愛でる心～



「世の中に たえて桜のなかりせば 春の心はのどけからまし」

この世の中に桜というものがなかったら、咲くのを待ち望んだり、散るのを惜しんだり、春になっても心を乱すことなく平和な気持ちでいられるだろうに

平安時代、和歌の名手である六歌仙のひとりとして称えられた在原業平(ありわらのなりひら)は、桜を愛するゆえに思い乱される心をこう詠みました。

日本の春は桜一色で、開花予想をして待ちわび、天候を気にかけて昼に夜に花を愛でて過ごします。桜が花を付けるのはわずか10日間。その大切な1日1日の人々は昔から胸に刻んできました。

1年を通しての目立たない時期や冬の寒さを耐え忍び、見事な花を咲かせる桜は人生の希望を映し出しているように感じ、ごく僅かな期間にぱっと花を咲かせ散ってゆく姿は、潔さを美徳としていた祖先の精神そのものと言われているようです。



お花見ドライブ



今年のお花見ドライブは、九条公園や郡山城、奈良市街を流れる佐保川沿いの桜並木を楽しみにドライブに出掛けました。今年の春は桜が開花してから雨が多く、天候に恵まれない日が続きましたが、そんな中でも皆さん各々に楽しい時間を過ごされていました。



また来年も
元気で、この
桜を見たい



由緒ある佐保川は、両岸約5キロにわたって桜並木が1000本立ち並び、毎年花のトンネルをくぐりに沢山の方々に賑わいます。その中に、川面へ大きく枝を張り出した2本の老木は樹齢160年を越え、幕末時代に奈良奉行を努めた川路聖謨(かわじとしあきら)が植えたと言われ、地元の人々は「川路桜」と呼び親しまれているそうです。



太極拳

～転倒を防ぐために～

太極拳とは？

太極拳とは中国の伝統武術です。柔軟な動作が老人、虚弱者の鍛練に適しているため、日本でも広く健康法として人気があります。武術的要素が強いものもありますが、中には中高年者が健康の維持・増進を目的としても行われており、心臓疾患や関節疾患、神経疾患などのリハビリテーションにも用いられています。

ゆっくりとした動作に加えて、呼吸、精神統一が重要であり、身体だけでなく、精神に対する効果もあることから、ストレス・精神疾患の予防・治療にも利用されています。

太極拳の動作には、足関節等の関節の動きに気を配った動作や片足立ち、さらに前後・左右方向への移動や方向転換による体重移動があります。ゆったりとした動きと滑らかな体重移動により、筋力の維持・増強効果に加えて、バランス機能、関節の運動や筋肉の協調運動などが訓練できます。



太極拳の効果

高齢者の怪我や事故で一番多いのが転倒です。転倒は高齢者にとって命に係わる事故であり、高確率で骨折や頭部の打撲による後遺症が残る恐れがあります。

転倒の原因のひとつとしてバランス機能の低下が考えられ、年齢とともに衰えてきます。バランスを保つには視覚などの知覚、筋肉の協調性などの様々な要素が複雑に影響します。転倒しないためにはこういった視覚や関節や筋からの感覚の情報が重要です。太極拳による運動をした人はそういった感覚機能の改善がみられたという実験の報告もあります。太極拳では、関節の位置や角度などに注意を払いながら運動するため、感覚の訓練につながるとされ、特に足関節は姿勢を保つために特に重要であり、高齢者のバランス機能及び転倒防止に効果があります。

☯ 佐保の里では・・・！？

佐保の里ではレッドコードでのグループトレーニングを行っていますが、4月からのテーマが『転倒予防』です。その中に太極拳の動きを取り入れた運動メニューがあります。ゆっくり大きく動くことに留意しながら、片足を高く上げたり腕を遠くへ伸ばす運動です。これ以外にも、今回は特に体幹や股関節周囲の筋を意識したメニューや、下肢の関節や筋の運動感覚を養う内容となっています。

今後、グループトレーニングではこのように日常生活に役立つトレーニングメニューを提供していきたいと思っています。



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

自慢のご利用者さん

奈良市在住

仁木 正忠様 (85歳)

佐保の里訪問介護ご利用者様

毎週水曜日と金曜日と土曜日を中心に佐保の里の訪問介護をご利用いただいています。佐保の里の訪問介護は平成19年からご利用頂き今もお元気で毎日浣刺とお過ごしです。



お元気の秘訣は？

生きる為に何事も楽しく明るく努力する

昔から大変オシャレでダンディな仁木様ですが85歳になられる今でも身の回りや服装には気を配っておられます。そんなこだわりが人に対する気配りに繋がっておられる様にお見受けします。



昔の思い出・・・！



苦勞を苦勞と思わない我慢強さ



仁木様は奈良県桜井市に昭和4年にご誕生されました学生時代を桜井市で過ごされ、教員という天職にて小学校、中学校の教諭に就かれ中学校では社会科・理科の教鞭をとられておられます。同い年の奥様も奈良市の小学校の教諭を務められ27歳の時にご結婚されました。ご結婚を機に奈良市内に転居されお二人の娘さんにも恵まれ、ご定年まで教職一筋に努められました。

生甲斐♡♡



ご夫婦定年後はお二人で日本中を旅行されたとのこと、北は北海道の稚内、南は鹿児島島の指宿ほぼ10年間日本中の観光、温泉を巡られ楽しい思い出を聞かせて頂きました。

これからの目標！

これからもどうかお元気でいて下さい！



現在の1週間の予定を、お聞きすると、週4回訪問介護、週2回の訪問看護、デイサービス週2回、訪問リハビリを週1回と大変忙しく、また精力的にいろんな方々と関わりをお持ちです。佐保の里の訪問介護では主に掃除・洗濯を中心に関わらせて頂いています。今後も心から支援させていただきます。

インタビュー：統括施設長 山口涼子

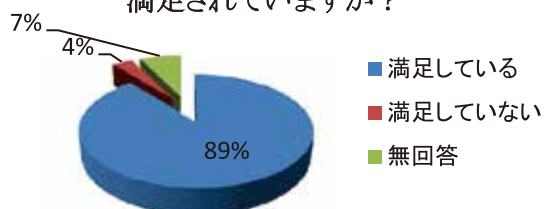
掲 示 板

ご利用者様アンケート結果

平成27年2月に、佐保の里・青山・菅原・新大宮のデイサービス4施設と居宅介護支援事業所、訪問介護事業所のご利用者様に、「佐保の里グループ」が実施しているサービス等についてのアンケートを実施いたしました。アンケートへのご協力ありがとうございました。今回は、デイサービス4施設のアンケート集計について、質問23項目のうち4項目のアンケート結果を掲載させていただきました。居宅介護支援事業所、訪問介護事業所についても、“大変満足している”との結果をいただいております。

今回のアンケートを分析し、また、その際にいただいたご意見ご要望を、より良いサービスの向上に活かせるよう職員一同頑張っております。

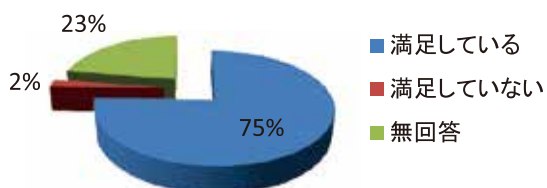
デイサービスでの1日は充実して満足されていますか？



施設が行っているリハビリに満足されていますか？



入浴は気持ちよく(ゆっくりと)ご利用いただいていますか？



レクリエーションの内容に満足されていますか？



ISO9001再認証審査

ISOの目的は、質の高い会社運営をするための仕組みで、常にサービスや業務の改善を行い、ご利用者満足度を求めていくためにあるものです。

佐保の里が、平成18年6月22日にISO9001の認証を取得して、今年の6月で9年が経過するため、3年ごとの再認証審査が審査機関ビューローベリタスジャパンにより4月20日、21日の二日間行われました。審査結果は、「全員参加のシステムは定着し、苦情、事故が改善され、顧客満足度の向上につながっている。多くの面にISOは効果を現している。」との評価を受けました。これを機会に再度原点に立ち返り、ご利用者の満足度をさらに高めていくためISOの熟成に努めてまいります。



新大宮デイサービスの監査



菅原デイサービスの監査

職員の資格取得

第17回介護支援専門員(ケアマネ)試験、第27回介護福祉士国家試験に合格しました。

心機一転頑張りますので
よろしくお願い致します。

早川 明美さん	訪問介護職員	介護支援専門員	取得
小寺 賀予さん	デイサービス職員	介護支援専門員	取得
山本 恵さん	デイサービス職員	介護福祉士	取得
北口 祐美さん	デイサービス職員	介護福祉士	取得
辻井 幸代さん	デイサービス職員	介護福祉士	取得
野々村 公仁子さん	デイサービス職員	介護福祉士	取得

開設2周年を迎えて

菅原デイサービスセンター



菅原デイサービスセンターは平成25年6月1日にオープンしてから間もなく2回目の誕生日を迎えます。ご利用者様やご家族様、地域の皆様に支えて頂き、少しずつ成長することができました。本当にありがとうございます。

今年の4月から介護保険制度が改正され私たち通所介護事業者にとっても厳しい内容となりました。しかし制度が変わってもわが社の理念でもある「地域社会に密着し」ご高齢者の「生きる喜びと健康を守るために限らない努力を重ねる」姿勢については一貫して変わりはありません。私たちが積み重ねてきたことに自信を持ち、さらに地域社会に貢献できるデイサービスとして成長して行きたいと思います。



マロンフレンズさんの演奏会で、楽しいひと時を過ごしました。



ご利用者様が描いてくださった職員の似顔絵入りのポスターです。

愛情を感じます！

菅原デイサービスセンターが所属している伏見地域は住民の皆様と介護事業者との交流がととてもさかんに行われており、介護に対する関心の高さを感じます。そのように意識の高い地域で仕事をさせて頂けるのはとてもありがたいことです。これも伏見地域包括支援センターや民生委員、自治会の皆様の地道な努力があつてこそと感謝しております。私たちも地域の皆様といっしょに地域づくりに貢献できるよう頑張りますので今後とも何卒ご指導いただきますようよろしくお願いいたします。

菅原デイサービスセンター
センター長 酒井 賢一

