

 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 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
--	--	--

佐保の里納涼祭開催御礼

8月7日(日)行われました佐保の里の納涼祭ですが、平成17年に佐保の里が開業し、その年に第1回目をおこない、今年で第12回目の開催となりました。今年も猛暑の中、500名を超える方々にご来場いただきまして誠にありがとうございました。お陰様で天候にも恵まれ、事故もなく盛大に開催することができました。ひとえに、ご利用者様とご家族の皆様、佐保台地区の皆様、自治連合会、万年青年クラブ連合会、佐保台小学校、ボランティアの皆様他関係各位様の温かい、ご支援、ご協力のたまものと心から感謝いたしております。



長田理事長の挨拶

「夏祭り」は日本古来の伝統行事ですが、夏祭りの由来は「鎮魂」といって、文明が発達していなかったその昔、夏場に伝染病や食中毒が発生し、命を落としてしまう人々が後を絶たず、亡くなった人々の魂を鎮める行事として行われていました。しかし、現代ではお神輿を担いだり、夜店を出したり、盆踊りをするなどのイベントが中心になっています。日本以外で夏祭りを行っている国は、「サバントウイ」といって、ロシアのヴォルガ川中流域の諸民族の間で行われる夏のお祭りがあるそうです。その起源はヴォルガ・ブルガール時代にまでさかのぼるとされ、初期のサバントウイは農民の祭りであったが、後に民族の祭りとなり、現在では都市部でも広く祝れているようです。

佐保の里の納涼祭は単なるイベントとしての考えではなく、当社の理念にありますように「地域社会に密着し、地域との交流を深める」ことを最大の目的として、ライフアートコミュニティだけでなく、関連会社ライフアートプランテック、ライフアートファクトリーを含むライフアートグループ全体で取り組む、1年に1度の最も重要な



子供お神輿の巡行

行事として開催させていただいています。

毎年の開催で、屋台コーナー、各種イベント、バザー、お子様向けゲームなど企画内容がマンネリ化していないか等心配していますが、去年より今年、今年より来年というように、ご利用者様及びご家族様、地域の皆様お子様により楽しんでいただけるよう、内容の充実を図り、多くの方々にご参加いただけますようスタッフ一同創意工夫して参りたく思っております。

今後共、皆様のご健康とご多幸をお祈りいたしますとともに変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

常務理事 本宮 英顯

佐保の里 納涼祭

今年も佐保の里恒例の「納涼祭」が8月7日(日)に開催されました。

ご利用者様、ご家族様をはじめ佐保台の皆様やご来賓の方々に沢山ご来場いただきありがとうございます。

猛暑の中でしたが、皆様のご協力のお陰で第12回を事故なく楽しく盛大にできましたことに心より御礼申し上げます。



納涼祭に参加したライフアートグループのスタッフ一同



理事長の挨拶



来賓のご挨拶



お神輿



佐保レンジャー



カラオケ大会



模擬店



北沢ともみ歌謡ショー



三味線



盆踊り



福祉用具展示



学習療法体験コーナー



【協賛ご芳名(順不同)】

納涼祭開催に際しまして、皆様方からご協賛・ご厚志を賜り誠にありがとうございました。



- | | | | |
|-------------------|--------------|---------------|---------------|
| ・佐保台地区自治連合会様 | ・(株)エーコープ近畿様 | ・ダスキン大森西支店様 | ・(株)矢野組様 |
| ・(株)ビーアンドエム様 | ・(株)福井商会様 | ・(株)ガラージュモリ様 | ・(株)イチネン大阪支店様 |
| ・ジェイアライアンス様 | ・(株)昭文社様 | ・(株)奈良ユニフォーム様 | ・ナフス(株)奈良支店様 |
| ・奈良ダイハツ(株)生駒店様 | ・(株)第一興商様 | ・(有)エイジング様 | ・花松印刷(株)様 |
| ・(株)ユニマットライフ様 | ・介護のおくむら様 | ・福祉美容協会ポレ・ポレ様 | ・川西グリーンガーデン様 |
| ・(株)ヤマシタコーポレーション様 | | | |

自慢のご利用者様

菅原ディサービスセンター

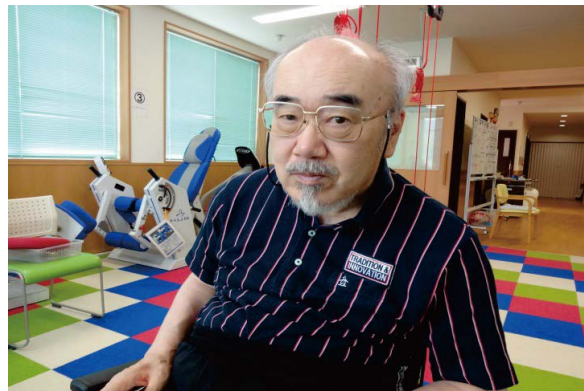
奈良市在住

ひげい つとむ

飛 藝 勉 様 70歳

昭和21年 9月17日生まれ

週3回ご利用いただき、リハビリに力を入れて取り組んでおられます。レクレーションのカラオケでは、飛藝様のファンがいらっしゃるほど素敵なお声と声量をお持ちです。



飛藝様をご紹介

大阪のご出身で、学校卒業後に就職された会社では 東京、四国、北海道、福岡と全国各地に転勤されました。出張や仕事のお付き合いも含めて、都道府県で訪れたことのない県は「岩手県、山形県、富山県」で、44都道府県を飛び回り多忙な日々を過ごされていました。その後、関連会社の代表取締役社長に就任され、バリバリと仕事をされている最中、身体に異変を感じられるようになりました。色々な精密検査を受けられた結果、「後縦靱帯骨化症」と診断を受けられました。責任ある仕事をされている中、手術をするという決断は大変悩まれたそうですが、会社からの後押しもあり、手術に踏み切られました。奥様との懸命なリハビリの結果、術後の回復も良く喜んでおられましたが、後遺症として2%の確率で発生する「パーキンソン病」を発症し、現在もリハビリを懸命に取り組んでおられます。

演歌とは・・・

歌がお好きな飛藝様はレパートリーが広く、横文字や若い人の歌以外はどんな曲でも歌われます。その中でも、艶やかな色気のある演歌がお得意で、歌い手も聞き手も色々な思いがある中で、それぞれの思いを歌や歌詞に重ねて感じていただければという思いで歌っておられます。「愛」でも、今日と明日では愛の深さが違う、それは自分の度量の深さで決まる、「作詞をする人はそのような心情を描きながら作詞をし、歌い手は自分の生い立ちなどを込めてぶつける」それが演歌の原点ではないでしょうかとおっしゃっていました。そのような思いも込めて、佐保の里納涼祭でもすばらしい歌声を披露していただき、皆さん聞き入っておられました。



現役時代を振り返って

人脈も広く、部下の教育も大変熱心に取り組まれ、「よーいドン」で教育をし、自分の部下が一番になった時は非常に嬉しく思い、思うような成果が出なかった時は、「自分の責任だ」と愛情を持って教育してこられました。その頃と現在の生活とでは全く違う世界で、「社長になった時、世界が違って見えた。もう少し社長の仕事をしたかったな」とおっしゃっていました。現在も「社友」として昔の繋がりを大切に、奥様と二人三脚で生活をされています。ゴミを捨てに行く奥様の後ろ姿を見て「ありがとう」という言葉がなかなか面と向かって言えませんが、おっしゃっていましたが、きっとその思いは奥様に伝わっていると思います。



菅原の印象と飛藝様の今後の目標

施設も人間も明るく、ウェルカムな姿勢を感じるところが良いと言っていました。現在は車椅子を使用されていますが、周りの協力を得て車椅子を最小限に控え、自分の足で歩けるようにリハビリに力を入れたいとおっしゃっていました。施設の良い部分を伝承し、より気持ちよくご利用していただけるようにこれからも支援させていただきたいと思いますのでこれからもよろしくお願いいたします。 貴重なお時間をありがとうございました。 インタビュー：黒瀬

高齢者の栄養バランス

「低栄養」とは、エネルギーとたんぱく質が欠乏した状態、つまり健康な体を維持し活動するのに必要な栄養素が足りない状態のことです。低栄養にはさまざまな健康リスクがあり、高齢者にとっては肥満より怖いといわれています。

低栄養になりがちな原因

- ① 若い頃からの食生活
- ② 活動性の低下
- ③ 感覚機能の低下
- ④ 咀嚼(そしゃく)や嚥下(えんげ)口腔機能の障害

低栄養になると・・・

- ① 筋肉や骨の減少に伴う体重の減少
- ② 筋肉や骨の減少に伴う運動機能の低下
- ③ タンパク質不足による皮膚の異常(浮腫・褥瘡)
- ④ 免疫力の低下による感染症
- ⑤ 体力低下の悪循環による疾病の悪化

バランスの良い食事

一般に「1日30品目以上の食品摂取を目指しましょう」と言われています。しかし、毎日バランスよく30品目以上の食品を摂取するのは、なかなか難しいです。下のポイントを意識しながら、バランスよく食事を摂取するよう心がけてください。

- [1] 魚と肉は1対1の割合でとる
肉より魚の方を好む人が多いようです。そのため、肉類の量が減り魚に偏りすぎる傾向が見られます。
肉と魚は1:1の割合で摂るのが良いとされています。

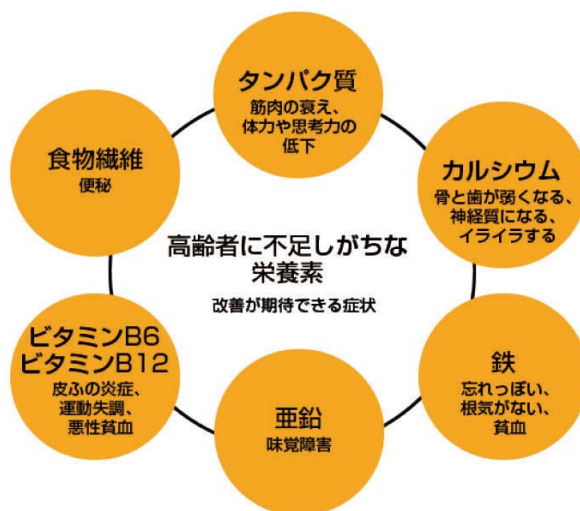
- [2] 動物性たんぱく質(肉・魚・乳・卵)や油脂類の不足に注意
たんぱく質は「からだを作るもと」、脂質は「細胞膜や神経組織などを構成する要素」となるため、高齢期ではむしろ積極的な摂取が必要です。
1日1回は、油を使った料理や調味料(ドレッシング、マヨネーズ、マーガリン等)を取り入れましょう。

- [3] 主食、主菜、副菜を揃える
献立を考える時には、「主食、主菜、副菜」を揃えると、栄養的にバランスの良い食事になりやすいです。

- [4] 繊維質を多く含む食材を選ぶ
普段から便秘気味という場合は、ひじきやわかめ、大豆、根菜類など、できるだけ繊維質を多く含む食材を選びましょう。

- [5] 酢や香辛料で、味のアクセントをつける
味覚低下には、塩分や糖分を多くすると弊害があります。
酢や香辛料を使うと、味にアクセントをつけやすくなります。

- [6] 牛乳を毎日飲む
牛乳は完全栄養食品と呼ばれ、良質なたんぱく質、脂質、カルシウムなどの栄養がバランス良く含まれた食品です。できれば、毎日200ml以上飲むよう心がけましょう。



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

「ふる里まちづくり」

第6回 佐保台 夏 祭 り

佐保台地区自治連合会の活動「ふる里町づくり事業」の一環として、佐保台に生まれ育った子供たちに、思い出多い「ふる里 佐保台」となることを願い、また、地域のコミュニティを広げる場として企画され、第6回目の「佐保台夏祭り」が、ふる里まちづくり実行委員会主催により、8月20日(土)午後6時から佐保台小学校グラウンドで開催されました。当日は、天候にも恵まれ沢山の住民の方々が参加され大変賑わいのある夏祭りとなりました。



「佐保の里」は、第6回佐保台地区「夏祭り」に協賛するとともに、自治会役員の皆様に「佐保の里 納涼祭」でのご協力に感謝し、また地域住民の皆様との交流、地域貢献として毎年模擬店(たこボール・焼きそば等)で参加させて頂いております。

ISO内部監査の実施



「佐保の里」グループはISO9001を取得し、毎年2回(2月、8月)内部監査を実施しています。監査の目的は、各事業所が佐保の里の「理念」に基づき、ご利用者様に満足していただけるサービスを実施しているかどうかの確認と、ISO認証にともなう「品質マニュアル」が遵守されているかどうかを確認するため8月18日・22日・23日の3日間にわたり内部監査を実施しました。

監査結果により、指摘を受けた事項は早急に改善することにより、ご利用者様に満足して頂けるより良いサービスの実現を目指します。

【6、7月度新入社員の紹介】

※6月27日入社:田村 美和(事務員)



縁あって『佐保の里』で事務として勤める事になりました。ご利用者様の方々と顔を合わせる事は少ないかと思いますが、元気で明るい皆様にいつもパワーを頂いております。微力ですがスタッフの一員としてお役に立てるように頑張りたいと思っておりますので宜しくお願い致します。

※7月11日入社:尾崎 隆英(管理部)



ホテル業界からの転身です。福祉のお仕事もホスピタリティが重要と考えます。事務の仕事が中心ではありますが、出来るだけ多くの利用者様との関わりを大事にしていきたいと思っております。宜しくお願い致します。