

 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・訪問看護 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
---	---	--

佐保の里グループの新規事業



「訪問看護」が2017年5月1日から開設しました。
在宅生活の柱として宜しくお願い申し上げます。

平成17年3月奈良市佐保台に「佐保の里」を開設させて頂き12年目を迎えることができました。開設時よりご利用者様・ご家族様をはじめ、地域の方々、自治連合会長様、その他関係各位の皆様の日頃からの温かいご支援、ご協力を賜り深く感謝すると共に厚く御礼申し上げます。この12年間でデイサービスセンター4ヶ所、訪問介護、居宅介護支援事業所と事業拡大させて頂きましたが、やっと地域に根付きご愛顧頂けるのも地域の皆様や、地域包括支援センター、居宅支援事業所様、関係各位のご理解の賜物と深く感謝いたしております。



さて、日本は世界でも類を見ないぐらい想定を超える勢いで高齢化が進展し65歳以上の割合は国民の3人に一人となり、2040年にはピークを迎え、その後も75歳以上の割合は増加し続けることが予測されます。

「超高齢化社会」の中、独居の高齢者、認知症の高齢者の方々を地域が支えて行く環境が益々不可欠であり地域包括ケアシステムを見据え在宅福祉の役割の必要性や重要性を痛感しております。

ライフアートコミュニティ佐保の里グループとしても、在宅福祉を支える施設として、「通所介護」「訪問介護」に加えより安心、安全の生活を提供させて頂くために、**5月1日から「訪問看護事業」**を開設させて頂きました。

ご利用者様、ご家族様が生きがいをもって、住み慣れた在宅で健康生活を送れるようにご支援させて頂くお手伝いを職員一同誠意をもって対応し、地域の皆様方に信頼していただけるような施設を目指して日々邁進したいと思っておりますので、今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

- 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りない努力を重ねる
- 一、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
- 一、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

理念



新大宮ディサービス

新大宮ディサービスは、中に入っていただくと、家庭的な雰囲気の中で和気あいあいとゆったりと過ごしていただける施設になっています。

新大宮ディサービスならではの「個浴」対応で、お一人ずつゆっくりとご自分のペースで入浴を楽しんでいただけることも魅力の一つです。又、トレーニングルームにてグループトレーニングや、マシンを使った筋力トレーニング、また、4月より新たに足湯(ナノミスト)なども取り入れ、いつまでも住み慣れた在宅での生活が出来るようお手伝いさせていただきます。季節感を取り入れたレクリエーションも随時企画し、楽しんでいただける行事を提供させていただいています。



6月は紫陽花ドライブ

敬老の日は
お食事会



天理の「みかん農園」まで
ドライブ～♪

年末には利用者さんと職員と
一緒に「餅つき大会」



新しく導入した「ナノミストの足癒」

お湯を使わずに、ナノミストで足から全身が温まる人気の足湯です。

- ①心身ともにリラックス効果 ②乾燥によるかゆみを軽減
 - ③保温・保湿効果も持続 ④車椅子の方も快適にご利用できます
- 多くの方々が体質改善と美容・痩身に成功しています。

ヒノキの香りでリラックスした約15分間の極楽を是非、お楽しみください。

新大宮ディサービスでは、随時、見学・お試しご利用を実施しております。スタッフ一同、笑顔でお待ちしておりますので、お気軽にお立ち寄りください。



おすすめです!!



新大宮ディサービス 施設長 森井美喜

自慢のご利用者様

新大宮ディサービスセンター

奈良市在住

いいだ

やすこ

飯田 裕子 様 84歳

昭和8年4月8日生まれ

いつも笑顔で、年齢を感じさせないおちゃめな飯田様。
フラダンスが大変お上手で、先生の資格までお持ちになり、
ディルूमでも披露してくださっています。



🍀 飯田様のおいたち

飯田様は山口県小野田市のご出身で、6人兄妹(兄・姉・兄・兄・ご本人・妹)の次女としてお生まれになりました。小学校1年生の時に母様を亡くされ、小学校3年生の時に台風の水害で父様を心臓麻痺で亡くされたため、年の離れた一番上のお兄様と兄嫁様が父と母代わりになって飯田様を育てくださり、女学校まで出してくださったそうです。その後、兄嫁様の弟様が飯田様宅に度々出入りをされるようになり、自然の流れでご結婚されたのが旦那様です。



旦那様は6年程前に胃がんで亡くされたため、現在は、スーパーコートにお一人でお住まいで、近所に姪っ子さんご夫婦がいらっしゃるため、週末はそちらでお過ごしです。姪っさんに身のまわりのことを全部してもらえるので、大変助かり、安心して楽しく過ごしていますとおっしゃっていました。

🍀 何事も極める

ご結婚後も経理事務所でバリバリと働いておられ、法人の決算の仕事を長い間任されておられました。残業も多かったため、市役所勤めのご主人が家事全般、協力的で色々と助けてもらえ、大変優しい旦那様だったそうです。仕事柄、今でも数字に大変お強く、学習療法も積極的に取り組んでおられます。



また、趣味のきっかけとなったのが市の行事で始められたフラダンス教室で、先生の滑らかな体の動きに魅了され、教室に通われるようになりました。先生が教室を閉めて広島へ帰られることになり、どうしても先生のレッスンが受けないということで、山口から広島まで電車で通われ最終的には先生の資格を取るまで極められました。

社交ダンスも大変お上手で、新大宮ディサービスでもその腕前をご披露くださっています。スタッフも飯田様に教えていただきたいと楽しみにしておりますので、講師としてお迎えしたいと思います。

🍀 積極的で負けず嫌い

飯田様は週3回、入浴・リハビリ・社会とのつながりを目的としてご利用いただいています。常に周りの方に気を配りながら楽しそうにお話をされていますし、学習療法も積極的な取り組みで日常生活に良い結果が出てきて、表情もどんどん明るくなっておられます。これからも飯田様の笑顔が見れるよう、スタッフ一同精一杯ご支援させていただきますので、どうぞ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



レクリエーション



デイサービスセンター佐保の里

お花見ドライブ

今年もお花見に行ってきました

デイサービスセンター佐保の里は
京都府の笠置キャンプ場へ
見事なしだれ桜が満開でした。



新大宮デイサービスセンター



新大宮デイサービスセンター
は木津川市のふれあい広場
へ。
こちらにも満開の桜にご利用者
様も大満足でした。



青山デイサービスセンター

青山デイサービスセンター
は南山城村まで足をのびし
た多くの八重桜が咲き誇る
やまなみホールに行ってきました。

ソメイヨシノとは違う
華やかな趣を楽しんで
頂きました。



菅原デイサービスセンター



菅原デイサービスセンター
は奈良ではすっかり有名
になった佐保川の堤防
にも行きましたが、今年は
朱色の太鼓橋と桜のピンク
の調和が美しい
御嶽山大和本宮にも
行ってきました。



デュアルタスク

～認知症予防～

私たちは日常生活において「考え事をしながら歩いたり」、「テレビを観ながら洗い物をする」等、2つ（それ以上）のことを同時に行っています。しかし加齢とともに「2つのことを同時に行う能力」は衰えていくと言われています。歩行中に話しかけられると、会話に集中するために足を止めてしまうといったこと等です。

そういった中で最近注目されているのがデュアルタスク（二重課題）トレーニングで、注意を分散する能力を向上させることが重要と言われています。高齢者の転倒や認知症予防の為のリハビリとして様々なプログラムが開発・検証されています。

デュアルタスクが脳に与える影響

認知症の方の脳では、血流の低下や血流不足になっていることが発見されています。そして脳血流量の低下とともに脳機能が低下していくことも分かっています。

しかし、2つのことを同時に行うことで脳血流量が増やすことができ、特に前頭葉が活性化されます。前頭葉は脳の前方部分で、運動を行う機能と思考を司る脳の最高中枢と言われています。

仮にこの部位が損傷を受け血流不足で働きが悪くなると、状況判断能力の低下が顕著に現れます。逆に言うと、デュアルタスクで刺激を与え続けることが、脳機能低下の予防に繋がっていきます。



今日からできる！デュアルタスクメニュー

①文字の「色」を音読する

左上からひとつずつ順番に音読します。ただし漢字そのものを読むのではなく、「色」の名前を読んでいきます。制限時間は30秒です。30秒以内に読めない人は、デュアルタスク機能が低下している可能性があるので、要注意です。

例)「赤」なら「あお」と読みます。

緑	黄	赤	茶
黒	紫	緑	青
白	赤	茶	紫
黄	青	白	白
緑	緑	黒	赤

アカ	クロ	アオ	ミドリ
クロ	ミドリ	アカ	アカ
キイロ	アオ	ムラサキ	
アカ	アオ	シロ	クロ
アオ	クロ	キイロ	シロ

②会話をしながら散歩する

若いうちから予防する場合に、良い方法です。認知症だけでなく、運動不足も解消できます。

③ひとりジャンケン

右手と左手で同時に別々のグー・チョキ・パーを出します。この時、必ず右手が勝つように出しましょう。

④2種類の道具を使う

右手にスカーフ、左手にお手玉を持ち、スカーフを振る動作とお手玉を上げる動作を同時に繰り返します。最初はお手玉がすぐ落ちると思いますが、慣れるとスカーフで8の字を描きながらでもできるのでしょ。

⑤貧乏ゆすりをしながら

これも運動の一つで、両足をカタカタと動かしながら世界各国の首都や海の動物の名前を次々に言います。貧乏ゆすりには脳に血液を送るポンプの働きがあります。



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

掲 示 板

ISO9001内部監査及び維持審査実施

前回の佐保の里たよりにてISO9001について簡単に説明させて頂きましたが、その後施設にて内部監査員によるISO9001・2015年をもとにした内部監査が4月3、4、6、7日の4日間、佐保の里、青山デイサービス、居宅介護支援事業所、管理責任者部門にて実施され、各部門共に要改善や軽微不適合事項が指摘され、改善に向けた取り組みが行われました。

ISO規格が2008年版から2015年版に移行後の維持審査(アップグレード審査)が4月27、28日2日間に渡りビューロベリタスジャパン(株)の審査員により実施されました。審査結果は当社のISOに対する取り組みが高く評価されました。2～3指摘を受けましたが、不適合事項に関しましても是正改善することにより認証が更新される予定です。



平成29年度新入社員のご紹介

今年も昨年度に引き続き高卒の初々しい新入社員(岡 綾香)が佐保の里グループの職員として入社しました。

社会人としてスタートを切ったばかりで、介護職員と言うよりも社会人としての礼儀・マナー等の基本的な部分から先輩職員に教えてもらっており、日々悪戦苦闘していますが、ほぼ1ヶ月を経過するなかで少しずつ社会人として、また介護職員としても成長してきて、新大宮デイサービスのご利用者の皆様にも可愛がって頂いており、早く一人前の介護職員になるべく日々奮闘しています。



29年度入社式のひと時、最前列右から2人目

資格取得者のご紹介

今年1月に行われました介護職員の国家資格(介護福祉士)に佐保の里グループから2名の職員が合格しました。今回から、「実務経験3年以上」という条件に、「実務者研修の受講必須」という条件が加わり、受験者にとって厳しいハードルが1つ増えましたが、働きながら通った研修で介護のスキルもさらにアップし、心身共にレベルアップした二人にご期待下さい。



【宮本 友善(新大宮デイサービス)】
資格を取れた事よりも、資格を取る過程で培った知識を活かす事が大事なので、ご利用者様に喜んで頂けるサービスが出来るよう一生懸命頑張ります。



【河畑 育子(デイサービス佐保の里)】
介護福祉士として、今まで以上にご利用者様に寄り添った介護が出来るよう一生懸命頑張ります。