



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



「配食のふれ愛 佐保の里店」が2017年7月1日から開設しました。

在宅生活の食の支援として是非ご賞味下さい。

人間にとっての成り立ちは、「身体的な安定」「精神的な安定」のバランスを調和させ、その中でもより「快」に近い段階を追求することが生きる喜びであり、生き甲斐に繋がっています。

本質的な人間の欲求の中で、美味しい食べ物を食べることは、最後まで残る「人間の欲」の一つであると云えます。

世情においても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が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。

また、老老介護、認認介護は裕に想像できますが、独居老人や孤立老人、要介護状態でなくても、様々な弊害の中、日常生活を継続していく、ご高齢者は増加の一途をたどると想像されます。

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が、7月1日から、より地域への貢献と地域密着、またお一人お一人の「食べる楽しみ」と安否確認をコンセプトとし「配食のふれ愛 佐保の里店」を開設させて頂きました。四季の季節感や食べる楽しさ、またバランスのとれたお食事を提供させて頂きます。今後も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て参りたいと考えております。今後ともにご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

注文方法

お電話又はFAXでお申し込みください

お電話での注文方法

1. 〇お名前 〇ご住所 〇お電話番号 をお伝えください。
2. 〇配達開始日をご指定ください。ご注文の日から配達開始です。
3. 〇昼食のみ 〇夕食のみ 〇昼と夕食方 からお選びください。
4. 〇おかずのみ 〇ごはんセット 〇おたんぱく 〇ごはんセット からお選びください。
5. 〇おかゆ 〇きざみ 〇一口大 などのご希望をお伝えください。
6. 〇毎回現金 〇振込 〇月末まとめて払い 〇口座振替(自動引落) からお選びください。

※ご注文・キャンセルは前日までにお願いします。※配達後なるべく速にお召し上がりください。※食べ残しなどは翌日に食べたりせず、必ず廃棄処分してください。

高齢者向け配食サービス

栄養バランスを考えた安心・安全なお弁当

初回1食無料
1食からでもお申し込みです

後払いできます!

配食のふれ愛 佐保の里店

TEL. 0742-46-7702
FAX. 0742-46-7703

お問い合わせ
ご注文は

奈良市宝来3丁目16-4
URL <http://lifeartcommunity.com/>
※日曜定休(お正月の30日はお休み致します)

「学習療法」一年を振り返って

5月23日、24日の2日間、学習療法センター奈良エリア担当の香島氏と上田氏を講師に招き、学習療法をスタートより1年が経ち、30名の学習療法担当者が全員参加し、勉強会を行いました。

香島氏による講義



グループ討議と各施設の発表



職員から見た学習者さんの1年の変化

- ・ ご利用者同士のコミュニケーションが増えてきた
- ・ 以前より、笑顔が増えてきている
- ・ 自発的に色々な話しをしてくださる
- ・ 真剣な顔をして一生懸命前向きに取り組まれている
- ・ 一つのことに集中されている



職員の1年を振り返っての感想

- ・ 一人ひとりの利用者さんを理解する上で、貴重な時間となっています
- ・ 個々にあった教材で、楽しくコミュニケーションを取りながら笑顔で行うことの大切さを学びました
- ・ 利用者さんの笑顔と「ありがとう」「楽しいな～」と言ってくくださることで、とても嬉しくなります
- ・ 私自身が成長させていただいたと、実感しています
- ・ 利用者さんの思いや頑張って取り組んでいただいている姿を見て勉強させていただいています

1回30分の
頭の体操!



学習療法は、ご利用者様一人ひとりに向き合える貴重な時間となっています。

これからもその貴重な時間を最大限に生かし、ご利用者様の頭と心のケアに努めて参ります。

自慢のご利用者様

菅原デイサービスセンター

奈良市在住

ま と ば

か ず お

的 場 和 夫 様 84歳

昭和8年2月17日 生まれ

いつも穏やかでお人柄が顔に出ておられる的場様。
週3回ご利用くださり、常に周りの方に気を配り、
場を和ませてくださるムードメーカーです。



的場様をご紹介

的場様は奈良の南京終で、7人兄妹(兄・姉・兄・ご本人・妹3人)の三男としてお生まれになりました。

お家が八百屋(今でいうミニスーパー)のご商売をされていたので、妹さん3人の面倒を的場様がよく見ておられたそうです。

ご姉妹に頼られる優しいお兄さんだったご様子が目に浮かびます



社会に出られてからは、松下電器産業株式会社で営業として40年間ご活躍されました。

和歌山県に3年間単身赴任のご経験もあり、ご家族の支えもあって定年まで勤め上げられました。

その後は9年間、関連会社でお勤めをされました。松下電器産業株式会社は、来年の2018年で創業100周年を迎えられますが、的場様はその半分近くの年数を松下電器産業に身を置き、お仕事に専念されていました。

「昔取った杵柄」が、今のご自身の生き方ににじみ出ておられます。

ご利用のきっかけ

平成21年に脊柱管狭窄症を発症され、学研都市病院に入院されたのをきっかけに佐保の里をご利用くださることになりました。佐保の里を8年間ご利用くださり、その後菅原デイサービスのオープンと同時に移られました。

デイルーム内では、初めて来られた方に対して気さくに声をかけて和ませてくださり、周りに座っておられる方々とのコミュニケーションも積極的に行っておられます。また、カラオケが大変お上手で職員ともデュエットを歌われ、



甘い声で皆さんに披露してくださっています。現在お住まいのサービス付き高齢者向け住宅でも週に1回カラオケの先生が来られ、熱心に習っておられます。新曲も練習中でレパートリーを沢山お持ちです。また、小説もお好きでどんな分野も愛読され、ご自身で努力され、脳の活性化を積極的に行っておられます。

現在の楽しみ

お一人でお住まいということもあって、天理に住んでおられる息子様が様子を見に訪ねてくださることや、週3回の菅原デイサービスのご利用を大変楽しみにしてくださっています。施設内では職員一人ひとりの名前を覚え、親しみを持って接することを心掛けておられ、人との触れ合いをととても大切に過ごしておられます。

これから的場様の素敵な笑顔で、菅原デイサービスの皆さんを和ませてください。

スタッフ一同、精一杯ご支援させていただきますので、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

レクリエーション

梅雨に入り蒸し暑い日が続いています。梅雨のジメジメした季節でもご利用様様の心が晴れるよう佐保の里グループでは各センターで趣向を凝らしたイベントを実施いたしました。毎月お配りしている行事のご案内をチェックしていただき、興味のあるレクがあれば是非ご参加くださいませ！



新大宮デイサービス
センター



生駒の「歓喜の湯」にてほっこりしたひと時

社交ダンスに心がときめきました。



デイサービスセンター佐保の里

佐保の里では5月17,18日の2日間リガーレ春日野でお食事会を開催し、豪華ランチに舌鼓をうちました。

多彩なレクリエーションを展開するために、ボランティアの皆様にご協力して頂いています。いつもありがとうございます！



菅原デイ

行事の様子



6月第3週は長弓寺に紫陽花を見にドライブに行きました。

ボランティアの上垣さんは、カイロプラクティックからハーモニカ演奏、腹話術まで多才な才能を発揮して下さいませ。



熱中症

熱中症は、高温多湿な環境に体が適応できないことで生じる様々な症状の総称です。
以下のような症状が出たら、熱中症にかかっている危険性があります。



症状

- ☀️ **めまいや顔の火照り**
立ちくらみの他、一時的に意識が遠のくなど
- ☀️ **筋肉痛や筋肉の痙攣**
筋肉がピクピクしたり、硬くなることがあります
- ☀️ **体のだるさや吐き気**
体に力が入らない、嘔吐や頭痛
- ☀️ **異常な汗のかきかた**
多汗や逆に汗をかかないなど
- ☀️ **体温が高い、皮膚の異常**
体が熱い、皮膚が赤く乾いている
- ☀️ **呼びかけに反応しない**
声掛けに反応しない時や返答がおかしい、まっすぐ歩けない、ひきつけを起こしている場合は重症です



予防と対策

- ☀️ **水分をこまめにとる**
特にスポーツドリンクなどの飲料は水分の吸収がスムーズにできます
- ☀️ **塩分をほどよくとる**
毎日の食事を通してほどよく塩分を摂取しましょう
- ☀️ **睡眠環境を快適に保つ**
寝ている間も水分は失われます、エアコンや扇風機を適度に使いましょう
- ☀️ **暑さ対策を工夫する**
気温や室内温度を気にかけ、衣服での調整や冷却グッズなどを活用しましょう
- ☀️ **飲み物を持ち歩く**
外出時はいつでも水分補給ができるように
- ☀️ **休憩をこまめにとる**
暑さや日差しのある環境で活動する場合はむりをしない

重要

もし熱中症かなと思った時は！！



- ☑️ **すぐに医療機関へ相談、または救急車を呼びましょう**
- ☑️ **涼しい場所へ移動しましょう**（冷房の効いた室内や風通しの良い日陰）
- ☑️ **衣服を脱がし、体を冷やして体温を下げましょう**（保冷剤や水をかける）
- ☑️ **塩分や水分を補給しましょう**（嘔吐や意識消失の場合はやめてください）



高齢者の場合・・・

高齢者は温度に対する感覚が弱くなる為、室内でも熱中症にかかりやすいといわれています。本人だけでなく、周囲の人も注意して見守ることが必要です。

温度計・湿度計などで環境を把握し、もったいないとかがえることよりもエアコンを使用して室内を涼しくしましょう。また高齢者は体内水分量が減少し、さらに脱水を感知しにくくなっています。キュウリなどの水分を多く含む食材を食事に取り入れることも重要です。また入浴時や就寝時にも体の水分は失われていき、気付かぬうちに熱中症にかかることもあります。入浴前後の水分補給や、枕元に飲料を置いておくといいでしょう。



真夏じゃなく春先でも・・・

暑さに体が慣れていない春にも熱中症は発生します。冬から夏にかけての「暑熱順化」という機能が十分でなく、夏ほどの暑さでなくでも危険性が高いです。

春でもすでに日差しは強く、特に車内は熱中症リスクが非常に高い場所です。子供の車内に置き去りによる熱中症の事故は、真夏より春先から初夏にかけて発生傾向があります。3月中旬の実験では、15分で10℃、30分で20℃も車内温度が上昇しました。短時間での急激な環境変化には特に注意が必要です。



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

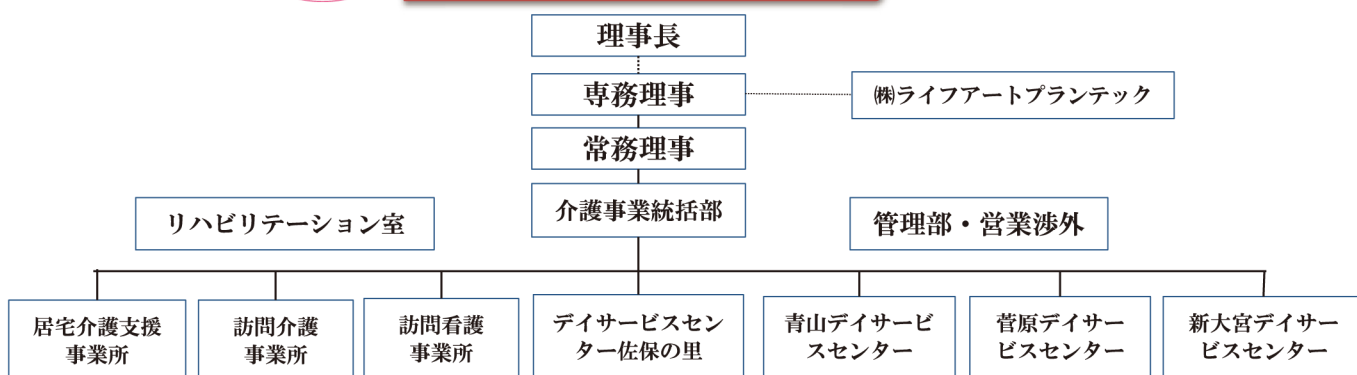
「佐保の里グループ」組織の変更

ライフアートコミュニティ佐保の里も開業後13年目を迎え、通所介護4事業所、居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、今年5月に訪問看護事業を開業し、4部門7事業所で在宅サービスを中心に事業展開を実施しています。

2025年を目途に、高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることが出来るように、地域の包括的な支援・サービス提供体制(地域包括ケアシステム)の構築が推進されます。佐保の里グループも今後の事業展開の方向性、在宅サービスの充実と施設サービス(宿泊)の検討、組織の活性化を踏まえ若手の登用の実施と組織を一部変更いたしました。



「佐保の里グループ」組織図



新任センター長の紹介

平成29年度組織の変更に伴い、若手の登用として2名がセンター長に昇格いたしました。まだまだ未熟な面も多々あると思いますが、ご利用者・ご家族様はじめ居宅介護支援事業所の皆様の、あたたかいご指導とご協力を宜しくお願い申し上げます。

<新大宮デイサービスセンター>



宮本 友善
センター長

今回センター長の拝命をお受けし、重責を感じています。今までの先輩のやって来られたことに、私が介護の仕事で培った知識を活かす事で、ご利用者様が安全に安心してご利用いただけ、喜んでいただけるように一生懸命頑張りますので、宜しくお願い申し上げます。



上東 剛志
センター長

<デイサービスセンター佐保の里>

私がライフアートコミュニティ佐保の里に入職してから6年経過しました。ご利用者様が健やかで、元気になられ生きる楽しさを提供できるデイサービスを職員と協力して目指します。まだまだ未熟者ですが精一杯頑張りますので、宜しくお願いいたします。

第13回佐保の里「納涼祭」のご案内

夏本番、佐保の里「納涼祭」の季節がやってまいりました。今年で13回目を迎えます。毎年、ご利用者様・ご家族の皆様、地域の皆様方に多数ご来場いただき、また、たくさんのご支援やご協力を賜り開催させていただいております。夏の暑さにも負けずに、今年もご来場の皆様楽しんでいただけるように新たな催しを取り入れて、職員一同、心よりお待ち申し上げます。皆様お誘い合わせの上お気軽にご来場ください。

【日 時】 平成29年8月6日(日) 午後4時45分から8時頃まで

【場 所】 ライフアートコミュニティ佐保の里 駐車場・施設内

【催し物】 カラオケ大会・盆踊り・ボランティアによる演奏等・子供向けゲームコーナー
ミニバザー・模擬店 他(一部内容を変更することもあります)

☆当日お手伝いしていただけるボランティアさんも募集しています。下記実行委員までご連絡ください。

★お問い合わせ 0742-70-5020 実行委員 : 山口・尾崎・藤永・森井

