

 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 ISO 9001 BUREAU VERITAS Certification ISO 13061 JALIS Certification 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 訪問介護・看護ステーション 〒631-0845 奈良市宝来三丁目16-4 電話：0742-52-7020 ホームページ http://www.lifeartcommunity.com
--	--

(ライフアートグループ企業)
株式会社Zilli One (ジリワン)
からのご挨拶



JR王寺駅南口「ル・カーラ」
大型デジタルサイネージ

日頃より当施設の運営に格別のご理解とご支援を賜りまして心より御礼申し上げます。

各地で紅葉が見頃を迎え北国からは初雪の便りも届き始め、秋から冬へと移り変わる美しい自然に目を奪われる季節となりました。

一年は早いもので、当施設におきましても、12月にはクリスマス会、お餅つき大会等開催させていただきますので皆様のご参加を心よりお待ちしております。

『佐保の里』ライフアートグループでは、平成29年3月に株式会社Zilli One (ジリワン) を設立いたしました。地域社会を「繋げる」「集まる」「喜ぶ」を追求する会社を目指しています。

主な事業内容は、マーケティング調査や広報支援活動を、最新技術を駆使して、効果的な広報活動が低価格で実施出来る様、ツールの導入からワークフローの整備も含め、広報活動や広報戦略を支援させて頂いております。

ジリワンでは、JR王寺駅南口「ル・カーラ」ビル入口に、大画面のデジタルサイネージを無償で設置させて頂きました。新しい街のシンボルとして、新時代の広報活動支援に役立てる媒体としてご利用いただけるように、『地域の皆様の笑顔で繋げる』をコンセプトに運営させていただいてます。

観光行事・観光地紹介などの案内、イベントの情報や地域企業のCMとしてご利用いただけるほか、グループの理念でもあります社会貢献活動の一端として、防災情報、災害発生時などの緊急情報の即時発信もさせていただきます。JR王寺駅にお立ち寄りの際は是非ご覧くださいませ。

また、今後の計画としては、西大寺駅前にも、大画面の映像看板を設置し、地域に寄り添い緊急災害情報や、天気予報、ニュースや地域の企業様のCMなどを流す予定です。

ライフアートコミュニティ同様、我々ライフアートグループは、地域の皆様の為に最大限の努力を惜しまない活動を、様々な分野で、お役に立てる様、活動を続けていきたいと考えております。

今後とも佐保の里はじめ、ライフアートグループのご支援、ご鞭撻を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。



Zilli One

ライフアートグループ

株式会社Zilli One

代表取締役 長田 健彦

レクリエーション

食欲の秋、読書の秋、実りの秋、スポーツの秋・・・楽しみの多い季節がやってきました。

佐保の里



“みちこさんの歌謡ショー”

前回大好評につき、6月以来の歌謡ショー♪
特に盛り上がった・オリジナルのズンドコ節!!!
キヨシではなく・み・ち・こ(*^▽^*)

青山



必死に戦った運動会！

勝ち負けを超えて終われば、皆さん
充実の笑顔となりました(^)o(^)

菅原



菅原デイサービスでは初めて
日本料理「花鹿」

特別メニューの食事を召し上がっていただきました。

新大宮



ちょうど見頃を迎えた「法起寺のコスモス」
お花を見ながら笑顔に! (#^_^#)

道中の車内も皆さんでお話しを楽しまれて
いました。

いつもお世話になっている「太郎と花子」さん



「なら介護の日2018」奈良
介護の日実行委員会事務局により、
長年のボランティア活動が評価され
「奈良介護大賞」の表彰を授与される
運びとなりました。いつも懐かしの民謡を、
新大宮、青山、菅原デイサービスで
ご披露頂き、ご利用者の皆様を
楽しませて頂き、ありがとうございます。

自慢のご利用者様

新大宮デイサービスセンター

しんたに

いさむ

奈良市在住

新谷 勇 様

87歳

昭和6年10月19日生まれ

週5回ご利用頂いている新谷様、「新大宮は良い処」と一番のファンでもあります。人生経験も豊富で、職員にも色々なアドバイスをして下さいことも・・・
笑顔がステキな新大宮の「お父さん」です。



平成27年からデイサービスをご利用頂いていますが、ちょうど1年前に腰痛がきっかけとなり入院されていましたが、「またデイサービスに行きたい！」を励みに3か月のリハビリを経て、今年6月から利用再開になりました

新谷様をご紹介

奈良市内で3人兄妹の長男としてお生まれになりました。二人のお姉様を早くに亡くされてから、お母様を助けながら生活されていたところ、家庭の事情もありお母様が再婚されることになりました。義理のお父様は花屋さんで、新谷様もお手伝いに励まれました。その義父さまが亡くなられてから後を継がれ花の仕入れ、配達とやってこられました。



その後28歳でご結婚され家庭を持たれたのを機に、ゴルフ場にお勤めになり11年間勤務された後、積水やテイチクの工場で部品関係のお仕事もされ、色々な経歴をお持ちになっています。私生活では一男一女に恵まれ、娘様は長野県の方へ嫁がれていますが、息子様のひろゆき様

家族と同居されておられます。みんなさんお仕事を持たれていることもあり、また、奥様も足を痛められていることで簡単な家事など、出来ることで家族をサポートされ、洗濯干し、買い物、日曜大工、もよくされているそうです。

好きなこと



趣味をお聞きすると、お若い頃は釣りがお好きだったようで、夜中に車を走らせ和歌山まで行かれたこともあるようです。将棋もお好きでデイサービスで対戦されているお姿もお見かけしましたが、新谷様がお強いのか？「相手がいない」と最近はされてないとのことでした。また、デイサービスで色塗りを楽しまれているようで、細かな絵も丁寧に、綺麗に仕上げられファイリングしておられるのを見せていただきました。

新大宮デイについて

デイサービスご利用日には玄関の前でいつもお迎えを待っていてくださり、楽しみにされているそうです。お元気の秘訣は？とお聞きすると、やはり「デイサービスに行くこと!!」と笑顔で話してくださいました。これからもお元気で新大宮デイサービスを楽しんでください。



(新谷様の作品)



貴重なお時間をありがとうございました



インタビュー: 森井

キネシオテーピング

キネシオテーピングとはキネシオテープを用いた治療・リハビリ技術です。佐保の里グループでは3年前に菅原の谷本と佐保の里の上東が養成講座を受講し、その後菅原の高垣OTもテーピング技術を学んできました。

キネシオテープは筋肉や皮膚と同じ伸縮率を持っています。テープの伸縮性と粘着性によって、筋肉・皮膚を持ち上げ、皮膚下に10ミクロン(サランラップ1、2枚)の隙間がつけられます。その隙間にリンパ液が流れ込み、筋肉・組織同士の摩擦が軽減することで痛みを和らげ、また自然治癒力を発揮しやすくさせることができます。



4つの効果

①筋肉の機能を正しくもどす

何らかの障害、怪我、使いすぎによって痛めた筋肉を治すということです。キネシオテーピングによって、伸びすぎた筋肉、縮みすぎた筋肉をもとに戻したり、弱っている筋肉を強くする効果があります。

②血液、リンパ液の循環を良くする

肩こりや冷え症など、いわゆる血行不良に対する効果です。血液やリンパの流れが悪くなると、鬱血状態となって神経を圧迫します。この流れを良くするために、皮膚とその下にある組織間のすきまを拡げることによって、その循環を助け、局所にたまっている血液やリンパ液の循環を改善することができます。(図参照)

③痛みを抑える

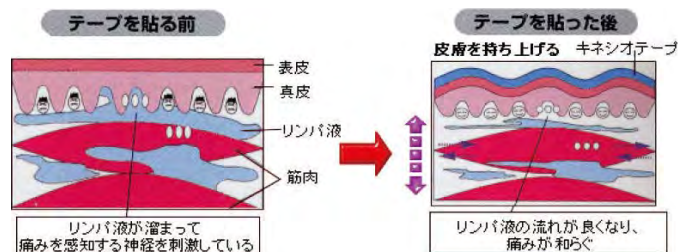
痛みを感じたとき、自然に手をあてがうことがあると思います。これは、皮膚や筋肉を刺激することで、神経学的に痛みを消す効果があることがわかっています。本来、人間には自分で痛みを抑える機能があり、それがキネシオテーピングを貼ることによって、活性化されます。

④関節のずれを正す

主にスポーツでの障害によって起こることが多いです。筋の異常な緊張によって関節を構成している骨を引っ張ってしまい、関節がずれてしまう場合があります。膝や足首など、強い衝撃で痛めやすい部分によく使われます。

キネシオテーピングの効果は従来自然治癒力の促進と痛みの緩和だけとされてきました。しかし、近年内臓の状態が皮膚に神経的に反射される内臓皮膚反射を利用して、内臓の働きにいい影響を及ぼすことも考えられます。東洋医学のツボの効果もその一つと考えられています。

また、キネシオテーピング療法は頭痛・眩暈・動悸・喘息・不眠症などの内科的症状、女性特有の冷え症・冷房症・生理痛・外反母趾などにも、良い効果をあらわすようになっていきます。



利用者様の声

貼ってもらうと膝の痛み
が和らいで 歩くのも楽
になる

87歳 女性

足の裏がカ〜ッと温かく
なってくる
膝も動きやすい

86歳 女性

肩や膝が痛く湿布では
効かなかったが テー
プを貼ってから痛くなく
なった

87歳 女性

浮腫みがなくなって
とても具合がいい

82歳 男性

※個人の感想です。

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
副室長 上東 剛志





配食サービスのご紹介

配食のふれ愛 佐保の里店は、平成29年7月にライフアートグループ4番目の事業として開業いたしました。在宅生活での「食」の支援として、お一人お一人の食べる楽しみと安否確認、より地域への貢献と地域密着をコンセプトに「高齢者向け配食サービス」を開始しました。おかげさまで、地域の皆様、介護関係の事業所の皆様にご支援いただき2年目になります。

また、今年7月からお手頃価格の新たなメニューとして「**楽らく弁当**」も取り扱いし、事務所等事業所の皆様にご支援いただいています。

今回、「高齢者向け配食サービス」と「楽らく弁当」について、紙面をお借りして紹介させていただきます。

＜高齢者向け配食サービス＞

「配食のふれ愛」3つのこだわり ①栄養バランスへのこだわり ②食の楽しみへのこだわり ③安心・安全へのこだわりをもってサービスを行っています。

- ★ご高齢者様向けに食べやすく調理しています。
 - ★おかずは和食中心、200～300kcalで栄養バランスに配慮
 - ★1食から宅配いたします。宅配料は無料です。
 - ★お弁当の種類は、普通食・カロリー調整食・低たんぱく食・ムース食・ふれ愛小町・やわらか食の6種類をご用意しております。
 - ★配達と同時に安否確認もいたします。
 - ★アレルギーなどの禁食・刻み食・おかゆにも対応いたします。
 - ★配達エリア 奈良市全域（一部東部は応相談）、木津川市・精華町の一部の地域
 - ★ご注文は TEL 0742-46-7702 FAX 0742-46-7703 まで
- ※尚、平成30年4月1日より、日曜日も営業させていただきます。



普通食
一般のご高齢者様向け



ムース食
食べ物を噛むことや、飲み込むことが困難な方向け

＜楽らく弁当＞

ランチ弁当の宅配サービスで、お手頃価格（ワンコイン）、1食から配達します。毎日、日替わりで飽きないお弁当です。

- ◆お申し込みは、前日までにFAXか、当日10時までに電話でご注文
- ◆お弁当の種類は、おかずとご飯が大盛の「**ボリューム弁当**」、丁度良いサイズで、女性に好評の「**ヘルシー弁当**」の二種類
- ◆ご飯は体にうれしい十五穀米を使用、お米は「あきたこまち」を使用
- ◆ボリューム弁当はご飯の大盛無料、前日までのご予約でパック味噌汁をサービスしています。
- ◆法人様の場合、月まとめ・後払いが可能です。
- ◆配達日は月曜日から金曜日までの平日のみで、時間は概ね10:00～12:00となります。
- ◆配達エリア 奈良市内（一部の地域で応相談）
- ◆ご注文は TEL 0742-46-7705 FAX 0742-46-7703 まで



ボリューム弁当



ヘルシー弁当



配食サービススタッフ

四季の季節感や「食べるたのしさ」、またバランスのとれたお食事を、職員一同まごころと誠意を持って提供させていただき、地域の皆様に愛され、信頼される配食サービスを目指し、日々邁進してまいりたいと考えています。今後ともご指導・ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。

配食のふれ愛 佐保の里店

責任者 谷本 俊宏
店 長 西岡 真樹

掲 示 板

サブリーダー研修「フォロワーシップと組織運営」



ライフアートコミュニティ佐保の里では、今回各施設のNo.2、No.3を対象に「フォロワーシップと組織運営」について今年は、7月19日、8月24日、9月21日の3日間、「当事者意識」「TA交流分析、エゴグラムにて自己分析」「企業経営と理念」「組織は部下力できる」「フォロワー力を高める」等の項目で自己能力を高める為に研修を実施しました。

「TA交流分析、エゴグラム」を実際に作成して、各自我状態の行動パターンにおける肯定的側面と否定的側面を知り、パターン分類により、自己の今後の行動に大変意義のある学びだったと思います。研修後は社員一人一人に改善の意識が見受けられ、今後の福祉事業の運営にも大きく活用されていると信じています。これからも研修での学びを形骸化することなく、学んだ事が「人」に反映され、ご利用者様への満足度を高めていく礎に成るように取り組んで参ります。



研修での風景



研修に際して理事長よりの挨拶



各グループより発表の場面



各グループより発表の場面

佐保の里にナノミストによる足癒の設置

「佐保の里」デイサービスをご利用いただいていますご利用者様に、佐保の里が実施しているサービスに加え平成30年の10月からナノミスト足癒を設置しご使用頂ける事になりました。

『ナノミスト・足癒』とは・・

お湯を使わずに、ナノミストで足から全身が温まる足癒です。

- ① 心身共にリラックス効果
- ② 乾燥によるかゆみの改善
- ③ 保温・保湿効果の持続
- ④ 車椅子の方にも快適にご利用出来ます。

桧の香りでリラックスした15分間の極楽を是非お楽しみ下さい

マネジメントレビューの実施

- 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

ナノミストの足癒設置により
末梢の血流改善と癒し効果で
ご利用者様に満足して頂ける
サービスの実現をめざします



今年もISO品質マニュアルに基づき、理事会において各6事業所からマネージメントレビューが報告され、施設設備の不備や予防的な是正処置の実施人材の確保、教育の徹底、サービスの質の向上等課題は山積していますが、理念に基づいてスピードを持って解決して参ります。