



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

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>

在宅生活を支える介護事業所 佐保の里として出来る事・・・



いよいよ新元号「令和」がスタートしました。介護保険を利用しながら、様々な自宅環境の中、自立支援、生活支援の援助を受けてご利用者の日常生活が成り立っています、昨今は病院での在院期間の短縮により、精神的にも体力的にも、医療的にもご不安を抱えながらの生活状況も散見されます。そんな中佐保の里グループでも福祉介護「生きる喜びと健康を守るために限らない努力を重ねる」理念の一文に謳っております内容を具現化を念頭に事業所としての介護サービスの多様化を目指して在宅生活支援をご本人様、ご家族様、地域の皆様、異業種との連携を深めながらご支援させて頂きたいと日々邁進しております。

思い起こせば、昨年の冬にあるターミナル状態でのご利用者様がご自宅でご他界させた看取り訪問看護をさせて頂いた際、当初はご家族様もその状況を受け入れられない状態でしたが、ケアをご家族様と一緒にさせて頂いたりご利用者様との想いで話しに傾聴させて頂いたり、訪問ナースを通じてお互いのお気持ちをお伝えさせて頂いたりご夫婦として、ご家族として、住み慣れた自宅の臭い・・・ご家族様の優しさを最後まで感じながら逝かれたケースを实践させて頂いた事は、まさに「在宅支援」そのものであった様に思います。

佐保の里でも職員の人間性を高め、介護福祉に携わる人間として介護スキルの向上だけではなく、人間力を高める為の努力、1、五感をフル活用して生きる 2、積極的に視野を広げる 3、物事を深く考え、洞察力を磨く 4、人生の先輩達の話素直に聴く 5、物事を決めつけない この5項目を勉強して行きご利用者の満足度を高め、一職員としても佐保の里グループとしても信頼を深めて参りたいと心から切望しております。

今後も、引き続きライフアートコミュニティ佐保の里へのご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



理念



- 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らない努力を重ねる
- 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



介護事業統括部長 山口涼子



レクリエーション



デイサービス佐保の里



6月11日、12日に佐保の里では長弓寺に紫陽花を見に行きました。中には真紅の紫陽花も咲いておりご利用者様から「わあ、珍しい色」と感嘆の声が上がっていました。



青山デイサービス

6月19日、20日に加茂町の浄瑠璃寺に行きました。車を降りてから境内の座れる所まで距離がありましたが景色を楽しみながらゆっくりと過ごして頂きました。



菅原デイサービス

6月17日に菅原デイサービスでも長弓寺にドライブに行きました。天気も良く、車からおりてゆっくりと紫陽花を見て頂きました。顔ぐらいの大きさがある紫陽花を見てとても喜ばれておられました。



新大宮デイサービス



6月18日、19日に新大宮デイサービスでは奈良公園のバスターミナルに行きました。屋上からは東大寺・興福寺までを一望できました。利用者様は眺めも良く感動されていました。2階では、奈良の歴史や文化にも触れて頂きました。大変喜んで下さいました。



自慢のご利用者様

青山デイサービスセンター

なかの

ゆたか

中野 豊 様

91歳

昭和3年1月25日 生まれ

穏やかでお人柄が顔に出ておられる中野様、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素敵な方です。



中野様をご紹介

中野様は北海道は北方領土の近くでお生まれになりました。18歳の時に戦争が本格的になり家族と満州へ移られ満州ではソ連軍の捕虜のような日々を過ごされ、2年後の終戦を迎える20歳まで過酷な生活を強いられました。戦争が終わり、北海道ではなく、ご縁があり、奈良の方に住まれることになって約70年になります。

奈良市の山間部になりますが、自然が豊かな静かなところにお住まいになられています。

奥様とも奈良に来て知り合われご結婚されました。3人の娘様にも恵まれ、今は末娘さんご家族と同居されています。農作業をしながら、肉体労働や職人仕事となんでもこなされてきました。

そんな忙しい日々の中で晩年はゲートボールの趣味もお持ちになられ、ゆっくりと日々を送られる中、69歳の時に胃癌が判明し胃の三分の一を摘出され、8年後には大動脈解離、80歳で脳腫瘍、83歳で胃癌の転移から全摘後2週間で胆導管結石手術と次から次へと大変だったようです。そして、去年90歳の時には脳梗塞をおこされました後遺症は視野部分欠損が残ってしまいましたが、日常生活に大きな支障はないようです。

今回、初めて中野様とお会いさせて頂きましたが、お歳には見えない若々しさ、しっかりとした足取りなどを拝見すると、たくさんの病気を次々にされたようには、お見受けできませんでした。

本人様曰く、「外から見えないところがあきません」といわれますが、一つ一つの病気を乗り越えてこられたたくましさを感じられました。



青山デイサービスは去年からご利用頂いています。最初はデイサービス？と不安と抵抗があったようですが、同世代の方々とのおしゃべりや、リハビリ、レクリエーションとお家では中々できないことができて「いいものです。」と楽しんで頂いているようです。

「たくさんの病気を経てこうしてここに来れることに感謝です」「病気の数と寿命はちがいます」とご自身の経験から実感されていることですね。「今、現在元気で過ごさせてもらえることに感謝！感謝の気持ちは伝わらないと意味がない」と小さなことでもご自分にできることはしていきたいとの想いを話して頂きました。

暴飲暴食をせずに大好きな甘いものを少し頂き、ゆったりした気持ちで過ごすことが元気の秘訣だそうです。これからもご夫婦で仲良く、お元気にいろんなことを楽しんでください。

貴重なお話をありがとうございました

インタビュー：森井



食中毒

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあるのです。

家庭での発生では症状が軽かったり、発症する人が1人や2人のことが多いことから風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず、重症化することもあります。

高齢者は若い世代に比べると、食中毒になりやすく、重篤化しやすいと言われています。食中毒はウイルスや菌が原因です。免疫力が高い人の体に菌やウイルスが入ったとしても、抵抗・排除することができるので発症を防ぐことはできます。しかし、体の免疫力が低下していると、菌やウイルスに抵抗する力が少なく発症してしまうのです。加齢により免疫力は低下していきます。高齢者でも、寝たきりの方や持病を持っている方は特に注意が必要です。

食中毒細菌の多くは人の体温と同じくらいの37℃前後で最も増えやすく、それ以下の温度では最近の増殖は極端に遅くなり、60℃以上になると多くの細菌は死滅します。加熱時間の目安としては、中心温度が75℃以上で1分間以上の加熱を実施することです。また常温で放置するだけでも細菌が増殖しやすい温度帯に達してしまい、特に夏は活発に増殖してしまうので、料理を長時間放置する場合はラップをして冷蔵庫に入れるようにして下さい。

注意したい食品

生肉や生卵

生肉は腸管出血性大腸菌(O157など)などの菌がついていて、重症化し、最悪の場合死に至る場合もあります。また、サルモネラ菌なども生肉や卵に付着・汚染されている場合があります。

**ハンバーグ・ステーキなどはしっかりと中まで火を通す、生食メニューは避ける。
卵は、生で食べることを避け、十分加熱する、割ったらすぐ使うようにしましょう。**

魚介類

生の魚介類は腸炎ビブリオに汚染されていることがあります。日本人は刺身など、魚介類の生食を好む人も多いです。魚介類を食べるときには、以下4点に気を付けましょう。

- 1.生食で食べる場合には生食用であることを確認する**
- 2.流水でよく洗って調理する**
- 3.調理後はなるべく早く食べる**
- 4 食べる直前まで冷蔵庫で保管する**

弁当

一人暮らしの高齢者や、食事を作るのが難しい方は、高齢者用の配食サービスを利用している方もいるでしょう。各サービスの配送員がご自宅に手渡しで配送を行う場合、冷蔵・常温のものが多くです。配食サービスを行っている事業者で衛生管理はきちんと行われていますが、配送後は、利用者それぞれで注意が必要です。配食サービスを利用している方は下記3点に気を付けましょう。

- 1.配達されたらすぐに食べる**
- 2.すぐに食べられない場合は、必ず冷蔵庫に入れて保存する**
- 3.残ったものをいつまでもとっておかない。**



配食の
ふれあい愛



配食のふれあい佐保の里店での取り組み

菌の増殖を抑える為に、食材は専用の提携工場にて洗浄、調理(加熱殺菌)され、直後にパックに詰めて冷蔵処理されています。さらに、配送直前に再加熱、再冷蔵を経て店舗までの輸送中、及び保管はそのまま冷蔵状態です。その後、店舗において盛り付けされ、専用のアルコール殺菌されたトング、スプーンにて同じく殺菌された容器に盛り付けされています。原則、素手で食材に触る機会はありません。このように、配食事業においては徹底された管理をしていますので、安心して召し上がっていただくことができます。



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



佐保の里の訪問介護 を紹介させていただきます！



ライフアートコミュニティ佐保の里では、リハビリや癒し、楽しいレクリエーションと言った特徴の他、利用者様のご自宅での生活面の重要性を考え、訪問介護(生活面の支援、身体的な支援)を提供させていただいています。
「体調に合った調理」「生活面での支援」「安全、安心した生活、身体的支援」を提供させて頂いています。



利用者ニーズにあった対応

訪問介護の強みは...

生活を支える支援を

佐保の里の訪問介護では
他事業所はもちろんですが、同事業所のデイサービス・訪問看護・訪問リハビリ・
ケアマネと密に連携を図り、ご利用者様のニーズや要望、異常の早期発見・迅速な対応を
させて頂いております。
ご利用者様や家族様が安心して在宅生活ができるように、お一人お一人に寄り添った介護を
目指す事を念頭に職員の教育・育成・指導をしています。
また、ご利用者様の誕生日にはお誕生日カードを手作りしてお渡しさせて頂いており、
皆さまには喜んで頂いています。



栄養バランス を考えた調理



生活介護として..

腰や手が痛くて重たい物が持てなくなった。
日常生活において今まで出来ていた事が大変に
なってきたと感じられる方のために掃除や洗濯
買物、調理といった生活全般におけるサービスを
提供させて頂いております。

生活場面の環境 整備や身体介護



自費サービスとして..

介護認定を受けておられる方を対象にした
介護保険外のサービスです。

例えば非日常的な掃除・病院の付き添い・
同居されている家族様が居られる場合の
家事援助等を行っております。



身体介護として..

目まいやふらつきがあつて一人で入浴するには、
不安がある方に入浴介助や見守り。
デイサービスへ行く際の排泄介助や
更衣介助のサービスを提供しています。

身体介護は家族様の介護負担軽減に
努めさせて頂いております。



暖かな人間としての「おもてなしの心」と利用者お一人おひとりの「生活」に対する満足に寄り添える対応を心がけ
住み慣れた、ご自宅でご本人様の生活内容を重要視したサービスの実現を目指しております。

掲 示 板

幹部のための「アサーション研修」の実施

今年度の職員研修として、6月7日(1日目)、27日(2日目)、7月12日(3日目予定)3日間に渡りアサーション研修を行っております。

アサーションとは、自分の感情や意見を、相手の権利を侵害することなく、率直に、誠実に表現する事を言い、今回の研修は、職場の組織風土を率直にものと言える風土に改善し、相互尊重の人間関係の形成や、他との関係性を良くして仕事の効率をあげるのを目的として、管理職を中心にはしていますが、新人を含めた色々な立場の職員に受講して頂くことで、部下から上司に、上司から部下にはっきりとものと言える風土を築き上げる会社にするために各職員が3日間の研修に取り組んでいます。

今回の研修の内容については、研修を受けた者だけではなく、当社の全ての職員に取って取り組む課題が多く含まれている事もあり、各部署の定例会議の中で研修を受講していない職員に対し、受講者による研修を行う等、受講者の意識が高まっているのが垣間見えています。



ホームページをリニューアルしました

ライフアートコミュニティ佐保の里のホームページをリニューアルしました。

各施設の詳細や各施設でやっているサービスも写真付きで分かりやすく説明しており、又、今回よりスマホにも対応しておりますのでPCをお持ちでない方でも見やすい画面になっております。

求人画面も求人職種毎に分かりやすく分かれており、また応募ボタンをクリックしてそのまま応募画面が表示されるようになりましたので、簡単に応募することが出来ます。

詳しくは、スマホの検索画面で「ライフアートコミュニティ佐保の里」と入力し検索して下さい。



第15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15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頂き、また、たくさんのご支援やご協力を賜り深く御礼申し上げます。

夏の暑さにも負けずに、今年もご来場の皆様に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。

今年の歌謡ショーは、福祉施設や各地の納涼祭で引っ張りだこのMICHIKOさんに出演して頂き、お子様から、おじいちゃん、おばあちゃんまでみんなが笑顔になるようなショーをして頂きます。

【日 時】 令和元年8月4日(日) 午後4時30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】 歌謡ショー・カラオケ大会・盆踊り等イベント、お神輿・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)

★先着200名の子どもさんに、レインボーラムネをご用意しています。

☆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・田中・酒井

