



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>



古都奈良に春を呼ぶお水取り



東大寺二月堂の「お水取り」は、正しくは「修二会(しゅにえ)」といい、二月堂の本尊である十一面観音に悔過(けか)をする行法です。悔過とは、過ちを懺悔し、あわせて除災招福をいのることです。この「お水取り」は、奈良時代、天平勝宝四年(752年)に実忠和尚によって始められたといわれ、長い歴史を持っています。

平氏による南都炎上、戦国時代の争乱、江戸時代における二月堂の消失、先の大戦における空襲の危機など、数々の困難を乗り越え、1260年以上一度の中断もなく続けられてきた「お水取り」は、「不退の行法」といわれ、日本を代表する生きた文化遺産です。



(奈良公園)



(二月堂から奈良市内を望む)



(二月堂階段)

現在では、二月下旬から月末までの準備・潔斎期間(別火)を経て、三月一日より十五日未明まで、本行が行われます。練行衆(れんぎょうしゅう)と呼ばれる参籠僧が、十一名選ばれ、約一ヶ月に及ぶ行を勤めます。

その中で、「修二会」後半の三月十二日・十三日・十四日には、「達陀(だったん)」と呼ばれる行事が行われます。火天(かてん)・水天(すいてん)等に扮した練行衆が、法螺貝・錫杖・鈴等の呪物を持ち、達陀松明を振り回しながら、正面から礼堂に向けて交互に走ったり、跳ねたりし、最後には、火天が礼堂に達陀松明を投げ倒す、「修二会」の行法の中でも激しいことで有名な行事です。

この時、練行衆が被る、火事頭巾のような形状をした金襴の施された帽子を「達陀帽(だったんぼう)」といいます。無事「修二会」が終わった三月十五日、二月堂にてこの「達陀帽」を子供に被せて健康を祈願する「達陀帽いただきせ」が行われました。「達陀帽いただきせ」の当日は、言い伝えにあやかろうと、多くの家族連れの参拝者が長い列を作りました。

この「達陀帽いただきせ」に、奈良の伝統行事を継承する地域貢献活動の一環として、ライフアートグループの職員が参加させていただきました。古式ゆかしい装束に身を包み、子供らに次々と「達陀帽」を被せ、無病息災をお祈りさせていただきました。

今後も、ライフアートグループでは、全職員が一丸となり、このような地域貢献活動に取り組んで参ります。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宜しくお願い申し上げます。



(達陀帽)



(達陀帽いただきせの様子)

デイサービスセンター佐保の里



私たちは佐保台に誕生して今年で15年目を迎えます。長きに亘り、皆様のご愛顧を賜ってまいりました。そこで、感謝の思いと共に、改めて私たちの活動内容をご紹介します。

無料体験・見学お待ちしております！！



リハビリ、入浴、お食事、レクリエーションと1日、全てのプログラムを無料で体験していただけます

リハビリテーション

佐保の里では、いち早くスリングを導入し、安心・安全にリハビリを行って頂けるようにしています。

反復・継続して取り組めるように、専門の理学療法士がプログラムを組み、ご利用者様の機能を最大限に保てるように常日頃から工夫しています。

また、ご利用者様個々に合わせたプログラムを組み上げ、お一人おひとりの体に合わせた個別でのリハビリも行っています。



入浴設備

入浴設備についても、個々の利用者様の身体状況に合わせて入浴していただけるように、広々とした浴槽の他、個別浴槽と機械浴を設置しております。

ゆったりと寛いでいただけることはもちろんのこと、職員が常に見守り、身体状況に合わせて介助しておりますので、どなたでも安全、安心して入浴を楽しんで頂く事が出来ます。



日常生活と行事

看護師が原則2名体制で健康管理を万全に行っており、重度の方でも、安全に安心して過ごいただけます。

毎日のレクリエーションの他に、季節のお出かけや食事会などのほか、特別行事も盛りだくさんです。



みなさまの参加をお待ちしております。

自慢のご利用者様

新大宮デイサービスセンター

奈良市在住

中東 幸代 様 87歳

昭和7年12月生まれ

平成30年9月よりご利用頂いています。利用当初は週1回でしたが、今は週6回のデイサービスと月2回の訪問看護をご利用頂き、「心身ともに元気になります」とお気に入りの様子。



中東様の思いで



橿原市の八木でお生まれになり、20歳で奈良市内へお嫁にこられました。嫁ぎ先はその当時は多かった、いとお同士のご結婚だったそうで、ご主人は国鉄にお勤めでしたが、お家が「銭湯」をされており、中東様も番台に座り、店のお手伝いを50年間、勤めてこられたとのこと。二人の子供さんにも恵まれ、忙しい日々を送られていましたが、ご主人がとても優しい方で、奥様を大切にされたそうです♡

長年やってこられた、銭湯を閉められ、ご夫婦でゆっくりと過ごす時間もでき、毎日顔を見合わせても、けんかはなかったようです。また、ご主人がデイサービスを利用され、お家でお一人になられる時ふと、ご主人のことを気に掛けられているようで、「しょーがないわ・・・」と苦笑いされていました。

約2年前にご主人がなくなられたそうで、「さみしいです。でも、銭湯をしていた時に店の暖簾の前で並んでとった写真をベットの頭元に飾っていて話しかけてしまいます。そうしたら、そばにいるみたいでしょう」と笑顔で話してくださいました。



新大宮デイについてお伺いしました



新大宮デイには週6回ご利用して頂いており、お風呂や体操、ゲーム等、毎日来られていてもあきないそうです。



職員さんもみんな、優しくし、特に、体操をしてくれる男性職員も上手く声をかけてくれて、やる気にしてくれると絶賛されていました。

お話を伺った日は、ちょうど「絵手紙」のレクリエーションで、始まるのが待ち遠しい様子でした。いざ始まると、筆を持ち、一生懸命に取り組まれました。

デイサービスへの気っかけは、ご主人の付き添いからでしたが、同年代の方々とのおしゃべりやお家ではできないリハビリ等ができ、今ではご自身が一番の新大宮のファンになって頂いているようです。これからもますますお元気で新大宮デイを楽しんで下さい。 貴重なお話ありがとうございました。

<中東様の作品>

インタビュー:森井

佐保の里



花惣へ、懐石料理を食べに行きました。



朱雀門ひろばのカフェではケーキセットを食べました。



朱雀門と再現された遣唐使の船。



青山デイサービス

フラワーアレンジメントをしました。
皆様一生懸命取り組まれていました。



素敵な作品に仕上がりました。



レクリエーション

菅原デイサービス



菅原天満宮の盆梅展に行ってきました。



菅原道真公の生誕地であり、日本最古の天満宮です。

新大宮デイサービス



デイサービスの前にあるぷろぽの食堂。
ケーキセットを食べに行きました。



木に囲まれた心やすらぐ食堂です。

佐保の里訪問看護ステーションから 訪問リハビリテーションのご案内

なぜ体を動かすことが
必要なのでしょう？



身体機能の維持の中でも、
リハビリテーションで特に
理由として挙げたいのは、
血行不良による痛みの発生を
防ぎ、運動することによって
ドーパミンなどの脳内物質を
増やし、活性化するため！



わかってはいるけど
筋肉が硬い
関節が痛い
やる気がでない
転ぶのが怖い…



私たちにご相談ください。
まずは筋肉を柔らかくして痛みを無くし、
動きやすい身体を作りましょう。

▶他のリハビリテーションやマッサージとはどこが違うの？

筋肉をよい状態にするために**医学的エビデンスのある安全な療法**を採用しています。

無理なストレッチングや指圧などのマッサージ、痛すぎる治療は行いません。

その時は気持ちいいけれど、翌日痛くなるような“揉み返し”は、大丈夫でしょうか？

いいえ、筋繊維を傷つけています。私たちは筋肉や組織に負担のかからない刺激により、
癒着や老廃物を取り除くことを基本にしています。

疾病の後遺症や廃用で筋肉が短縮し、関節拘縮といわれる状態でも、ご自宅で定期的に
運動しながら少しずつ改善が期待できます。

訪問リハビリテーションにより改善した嬉しい報告をご紹介します

(70代男性)

頸椎損傷後、体が硬くなり、手伝ってもらっても寝返り動作ができなかった。
手が拳がらず、肩関節の夜間痛にも悩まされていた。

→痛みが軽減し、ベッド柵を用いて、
起き上がりも一人で行えるようになった。
頭の後ろに手が届くようになった。

(80代女性)

脳梗塞後、退院して自宅で転倒した。
足裏のしびれ、下腿の浮腫、冷えがあり
マッサージを受けていたが改善しなかった。

→癒着が改善し浮腫や冷え、しびれも
気にならない程度になり歩きやすくなった。

ライフアートコミュニティ 訪問看護ステーション佐保の里
奈良市宝来3丁目16-4 2階 0742-52-7020

医療専門職の作業療法士が看護師と連携してご自宅に訪問します

掲 示 板

デイサービスセンター 看護師の一日

デイサービスセンターの一日は、看護師のバイタルチェック（血圧や脈拍の測定、検温）で始まります。ご利用者様のお体に普段と違ったことがないか、また、その日の顔色や表情なども見るようにしています。

そして、デイサービスをご利用の際にご気分が悪くなったり、お体に変化があった時も、その場で観察・判断をして、ご家族様や担当のケアマネージャーにその旨をお伝えするとともに、必要であれば病院へ救急搬送することもあります。

看護師は、日々、デイサービスセンターにおいて、皆様の健康を守り生活面での指導や内服の管理等大切な仕事に従事しています。

ご利用の皆様もその日の体調に何か変化があれば気楽に看護師にご相談ください。



看護師によるバイタルチェック

ISO9001内部監査実施について

毎年春と秋に年2回実施しているISO9001:2015の内部監査が3月3日から6日にかけて実施されます。今回は経営者、管理責任者、デイサービスセンター佐保の里、青山デイサービスセンター、菅原デイサービスセンター、居宅介護支援事業所の監査がそれぞれ実施される予定です。

監査員（監査リーダー、サブリーダー）がそれぞれ品質マニュアルより選別した質問・観察すべき事項を各部門の監査対象者に対して説明を求め、出来ていないもの、書類が不備なもの等に対して要改善や不適合の評価を行い改善を求めて指導していきます。

内部監査を年2回実施することで、品質の向上や書類の不備が事前に改善され法令順守の会社として認証されます。監査員になるためには、ISO内部品質監査員研修の受講を終了し、尚且つ最後に試験を受け合格した者が監査する資格を有し、ISO（国際標準化機構）が定めた国際基準を満たしているかどうかの監査を行う事が出来ます。



ISO内部品質監査員養成研修の風景

新型コロナウイルスについて

これまでに、人に感染する「新型コロナウイルス」は、7種類見つかっており、その中の一つが、昨年12月以降に問題となっている、いわゆる「新型コロナウイルス(SARS-CoV2)」です。

このうち、4種類のウイルスは、一般の風邪の原因の10～15%（流行期は35%）を占め、多くは軽症です。残りの2種類のウイルスは、2002年に発生した「重症急性呼吸器症候群(SARS)」や2012年以降発生している「中東呼吸器症候群(MERS)」です。コロナウイルスはあらゆる動物に感染しますが、種類の違う他の動物に感染することは稀です。また、アルコール消毒(70%)などで感染力を失うことが知られています。近年、動物由来と考えられる2種類のコロナウイルスが発生しヒトに感染し流行しました。2002年に発生した「重症急性呼吸器症候群(SARS)」や2012年以降発生している「中東呼吸器症候群(MERS)」です。新型コロナウイルスが動物由来であるとの確定的な証拠は見つかっていませんが、その遺伝子配列が、コウモリ由来のSARS様コロナウイルスに近いため、コウモリがこの新型コロナウイルスの起源となった可能性が考えられています。佐保の里グループでは、特にこの時期は、職員はマスクの着用と手洗い、うがいの励行を以前より行っておりますが、今年はそれに加えて特にデイルーム内や送迎車には常時次亜水を使った消毒の徹底を実施しており、感染予防を徹底的に行い、ご利用者の方々が安心して過ごして頂ける施設として運営しております。