



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

デイ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

青山デイサービスセンター

〒630-8101 奈良市青山4丁目3番

電話：0742-23-1020

萱原デイサービスセンター

〒631-0842 奈良市萱原町298-1

電話：0742-53-2020

新大宮デイサービスセンター

〒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

〒631-8105 奈良市佐保台2丁目902-377

電話：0742-71-7200

ホームページ <http://www.lifeartcommunity.com>

新型コロナに負けない介護現場を 佐保の里として出来る事・・・



新型コロナウイルスの感染が拡大していくにつれて、医療機関、介護現場、そこで従事するスタッフ、そして施設を利用しているご高齢者様、またご家族、地域の皆様に大きな不安が広がり、介護職員からは「自分が感染するとご利用者様に感染してしまうのかもしれない・・・」という不安の声が、またご利用者様、ご家族様は、持病や基礎疾患をもつご高齢者が集団行動、密の空間でのデイサービスのご利用をかなり心配された期間もありました、その為に長期のお休みを余儀なくされた事で認知症状が進行されたり、基礎的な筋力、体力低下、日常での会話不足から孤独感や喪失感による、閉じこもり症状が出現、感染への弊害よりも、ご高齢者の日常生活が脅かされたりするケースも多々散見されました。「事業者としては「生きる喜びと健康を守るために限らない努力を重ねる」理念の具現化を念頭に、事業所として今ご利用者様に、ご家族様に、地域に貢献させて頂けることは、感染予防策の徹底は基より、在宅生活支援をご本人様、ご家族様、地域、訪問介護、訪問看護、介護支援事業所と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。佐保の里グループといたしましても、厚生労働省のご指示のもと、感染に対する、的確な予防策の継続、職員の安全管理、ご利用者様への更なる安全、安心を担保して参り、今後も「生き甲斐」をもって生活の継続をご支援させていただきます。職員への安全、安心への更なる教育の継続、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、1. 五感をフル活用して情報収集 2. 積極的に視野を広げてコミュニケーション能力をたかめる 3. 物事を深く考え、洞察力を磨く 4. 過去のやり方・物事を決めつけない、この4項目を実践して行き、ご利用者様満足度を高め、職員一丸となり、佐保の里グループとしてもコロナに対する安全策の遂行と共に、より信頼を深めて参りたいと心から切望しています。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

デイサービスセンター佐保の里



5月には和束の茶畑をみて、茶団子と和束茶をいただきました。6月には大和民俗公園内の菖蒲園に行ってきました。色とりどりの花しょうぶが咲き誇っていました。



テイのフロア内ではちょっと豪華な仕出し弁当をとって皆様でいただくなど様々な企画楽しんでいただきました。



青山デイサービス



新茶の季節に和束運動公園へ



天気の良い日は
外でデザート



フラワーアレンジメントは
母の日の感謝を込めて



マスクやブローチを
みんなで手作り



菅原デイサービス



6月に長弓寺にあじさいを見にドライブにいきました。まだ少し時期が早いものの、天候にも恵まれ皆様にゆっくりとあじさいを見て頂くことができました。



毎月、職員が色々なゲームを考えてレクリエーションを実施しています。これからも皆様に楽しんで頂けるように試行錯誤して参ります。

新大宮デイサービス



恭仁京までアジサイドライブに行きました。雨降りの為、車外には出ませんでしたが車内よりゆっくりと“雨の日の紫陽花”を堪能していただきました。



お好きな生地を選んで頂いて“あずま袋”の制作。また、スタッフによる“手作りおやつ”等も楽しんで頂いております。



自慢のご利用者様

デイサービスセンター佐保の里

もりもと しゅんいち

森本 駿一 様 79歳

昭和16年2月13日 生まれ

いつも穏やかでお人柄が顔に出ておられる森本様。
佐保の里をご利用して頂き約10年になります。
現在はほぼ毎日、お元気なお顔を見せて下さいます。



森本様をご紹介

昭和16年 高知県南はりまや町(旧山田町)で男5人女2人の4男としてお生まれになりました。
森本様宅は高知でも有名な長宗我部氏の系統のお家で俗にいう「城持ち大名」といわれる大きなお屋敷で子供たちは乳母が付いたそうです。お父様はその時代にはない開けた視野や行動をされる方で戦争色が濃くなる時世に、英語はこれからの必須ということでご自身だけではなく子供たちにも習わされ、身に付くようにと、家庭内では英語で会話をされていた時もあるそうで、そのおかげでお姉さんはソウル日本の大使館のお仕事につかれたり、森本様も英語力を活かした、外国船でのガイドのお仕事もされたこともあるそうです。また、カトリック教会の日曜学校へも馬車での送り迎えで通われていました。また、会社に入ってからユネスコのお仕事もされていたこともあり、色々なことを手がけられてきたバイタリティーあふれるところは、国際色豊かな環境で過ごされ、お父様の後姿を見て育ってこられたことも大きく影響を受けられたことと思います。日々忙しく過ごされていた森本様も26歳の時に19歳の奥様とご結婚され、3人のお子様にも恵まれますが、仕事の関係から、東京、大阪、福島・名古屋・福山と転勤が続き、お母様が体調を崩されたのを機に43年前に奈良へこられました。



3人の息子さんも今はそれぞれ立派に独立されており、奥様とお二人でゆっくりと日々を過ごされているそうです。お若い頃は、柔道、硬式テニス、合唱、社交ダンス、映画評論、オルガン演奏等、またパソコンの腕も教えらる



ほどのスキルをお持ちになり、なんでも器用にこなされてしまうのには、すごい一言です。

今はデイサービスでのカラオケも楽しんで頂いているようです。

佐保の里について・・・

約10年前からご利用して頂いており、色々なデイサービスも行かれたようですが、「佐保の里のは主婦層の女性を上手く活用されていて、いいですね。」と経営面からのお話をしてくださいました。その女性陣たちが活躍スリングやマシーンを強みにしてもっと前に出したらいいと思うとアドバイスも頂きました。人生経験が豊富なこともあり、佐保の里の体制や人質、また、強みや弱みを10年間で思うところもおありになったと思います。私たちも利用者様の声に耳を傾け、人生の先輩だからこそそのご意見を参考にさせて頂き、より良い施設、来てよかったと思って頂ける施設になるよう邁進してまいります。 今後ともご指導ください。

貴重なお話ありがとうございました。



インタビュー:森井



自宅でできること



年明けから新型コロナウイルス感染症が流行し、様々な分野において大きな影響を受けています。佐保の里グループにおいても利用を自粛される方や、職員においても子供の学校休校やその他家族の休職やテレワーク等、大きな変化がありました。幸い日本においては第一波をしのごうことができ、緊急事態宣言や外出自粛要請も解除され、徐々にではありますが一部を除いて元の生活が戻ってきています。またマスクや手洗いといった感染症対策は当たり前のことになっています。

しかし、今後またどのように第二波が襲ってくるかもわからず、再び外出自粛要請が出た時に私たちはどのように行動すればよいか、今回で学んだことを生かす必要があります。デイサービスを休まれていた利用者様と久しぶりにお会いした際、心身の機能が低下している方が多くおられました。自宅で何もせずに過ごすのではなく、自宅でもできる取り組みを紹介したいと思います。

① 日常に運動を取り入れる

活動量を低下させないためにも自宅でできる運動をしたり、できるだけ人ごみを避けて外出や散歩をしましょう。

下記の番組でも体操を行っています。

テレビ体操

NHK総合 14時55分から(月曜日～金曜日)

NHKEテレ 6時25分から(毎日)

ラジオ体操

NHK第一 6時30分から(毎日)

NHK第二 8時40分から(日曜日除く)

NHK第二 12時から(日曜日除く)

NHK第二 15時から(日曜日除く)



② 栄養

高齢で一人暮らしの場合、食事量が減ったり、食材が偏る傾向にあるので、栄養バランスを意識しましょう。特にたんぱく質を多く含む肉や魚を積極的に摂ることは筋力の維持にも繋がります。

毎日のことなので、調理が面倒と感じたらお弁当も利用することも良いです。コンビニではほとんどのお惣菜に成分表示がしてあるので、目安にするといいいでしょう。佐保の里グループでは高齢者向けの配食サービスもあります。

是非ご利用をお願いします。

※カロリーや塩分など食事制限のある場合は医師に相談しましょう。



③ 口腔ケア

口腔を清潔に保つことで、虫歯や歯周病を予防することはもちろんのこと、「嚥む」という行為が脳を活性化し、認知症の予防や認知機能の改善につながる効果があるといわれています。

また、加齢とともに飲み込む力(嚥下機能)が低下すると、食べものが気管に入り「誤嚥(ごえん)性肺炎」を引き起こす可能性があります。

さらに口の中を清潔に保つことは感染症予防にも有効といわれています。毎食後の歯磨きでは義歯・口内・舌の清掃などを行いましょう。



④ 社会活動を保つ

外出の機会が失われると社会との繋がりが希薄になり、こうした状況が続くと意欲の低下など精神面にも影響します。

1人でいる時間を減らしたりなくすることが必要です。

例えば、毎日数分でもいいから電話をして家族と会話をしたり、可能なら家族が通い、コミュニケーションをとりながら食事をするだけでも気持ちは晴れるものです。楽しく食事することで食欲も高まります。



日光に当たることも大切です。紫外線に当たることでビタミンDが作られます。ビタミンDはカルシウムとリンの吸収を助け、血液中のカルシウム濃度を高めて骨の形成や骨の石灰化を促進します。ビタミンDが不足すると、高齢者の骨粗しょう症の原因にもなります。家の中ばかりで過ごさず、外に出たり、外出が難しくても窓際で日光に当たるようにしましょう。

完全な収束の見通しが立たない新型コロナウイルスですが、今必要なのは感染の拡大を防ぎながら家族が思いやりをもって支え合うことかもしれません。まずできることから始め、心身共に健康的な生活習慣を心掛けましょう。



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

納涼祭の開催中止について

令和2年度佐保の里「納涼祭」を中止することになりました。

平成17年3月佐保台で介護事業所として開所させていただき、毎年8月（一時7月）にライフアートコミュニティ佐保の里で、当社の理念「地域密着」「ご利用者様と地域住民の皆様との交流」に基づき、佐保の里「納涼祭」を開催してきましたが、昨年末から新型コロナウイルスの世界的な流行により、感染防止の観点よりやむなく中止することに至りました。

ご利用者様、地域の住民の皆様には、毎年楽しみにしていただいていただけに、誠に残念ですが何卒ご理解頂きますようお願い申し上げます。

ライフアートコミュニティ佐保の里では、ご利用者様、地域の住民の皆様にも、今後とも「安全」で「安心」してご利用いただけますように、全職員一丸となって感染症の予防策を徹底いたします。

尚、デイサービス各事業所では、ご利用者様に楽しんでいただけますように、多種の行事を企画いたしておりますので宜しくお願いします。

訪問看護・介護ステーション佐保の里の移転について

令和2年6月12日（金）に、訪問看護ステーション・訪問介護ステーションを宝来より、佐保台2丁目の新しい事務所に移転致しました。梅雨入りの宣言がなされ、雨の中の引越作業を予想しておりましたが、幸いにも作業時には一時的に雨が上がり、無事に移転を実施することができました。

新しい事務所は、佐保の里デイサービスセンターから徒歩1分程と近く、これまで以上に連携も取りやすくなりました。これを機に、職員一同気持ちを新たに業務に奨励する所存ですので、今後とも変わらぬお引き立てをお願い致します。

なお、居宅介護支援事業所については、令和2年8月1日（土）に上記事務所への移転を予定しております。



（相談コーナー）



（新事務所内の様子）

新事務所の住所：奈良市佐保台2丁目902番地377（デイサービスセンター佐保の里より徒歩1分）
電話番号：0742-71-7200 FAX番号：0742-71-7155 *事業所番号の変更はありません。



（新事務所玄関出入口）

WEB会議の開始について

新型コロナウイルス感染症の拡大予防のため、テレワーク化が進み、WEB会議を導入する企業が増えていますが、佐保の里グループでもWEB会議サービスを利用し、各センターと遠隔で結び会議を行う取り組みを始めました。各センターやご利用者様の状況などについて、大型モニターを活用して本部職員との活発な意見交換を行いました。

これまでなら、大きな会議を開催する際には、数日前から会場を押さえ、移動も含めて、かなりの時間がとられていました。WEB会議なら、数日前に声がけしておくだけで、実施可能です。IT化が進むと、会議や意見交換等が場所や距離に制約されず、仕事の仕方が変わっていくことを実感致しました。

コロナ禍がある程度収まったとしても、会議の実施については、WEB会議という新しいコミュニケーションの形態が定着していくと思われます。

