



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

青山デイサービスセンター

〒630-8101 奈良市青山4丁目3番

菅原デイサービスセンター

〒631-0842 奈良市菅原町298-1

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

訪問介護・看護ステーション佐保の里

ケアプランセンター佐保の里

〒630-8105 奈良市佐保台2丁目902-377

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

古都「奈良の七夕」と歴史・由来

＜七夕の歴史＞

七夕は「たなばた」または「しちせき」とも読み、古から行われている日本のお祭り行事で、一年間の重要な節句をあらわす五節句の一つにも数えられています。毎年7月7日の夜に、願い事を書いた色とりどりの短冊や飾りを笹の葉につるし、星にお祈りする習慣が今も残ります。

＜七夕の起源・由来＞

- ①日本の神事「棚機(たなばた)」
- ②織姫と彦星の伝説
- ③奈良時代に中国から伝来した行事「乞巧奠(きこうでん)」の3つがあわさってできた行事と考えられています。

日本の七夕は、旧暦7月7日(現在の8月頃)に催され、奈良時代に平城宮で盛んに行われた祭りが起源となっています。

奈良・平城宮で行われる平城京天平祭は、平城京遷都1300年記念行事から平城京天平祭に名称が変更されました。

夏は「たなばた」をテーマに夜の平城宮跡で「燈火会@朱雀門」や「天平七夕行列」などの灯りと光の幻想空間を楽しめます。

＜棚機(たなばた)とは？＞

「棚機(たなばた)」とは古い日本の禊ぎ行事で、乙女が着物を織って棚にそなえ、神さまを迎えて豊作を祈り人々のけがれをはらうというものでした。選ばれた乙女は「棚機女(たなばたつめ)」と呼ばれ、川などの清い水辺にある機屋(はたや)にこもって神さまのために心をこめて着物を織ります。その時に使われたのが「棚機(たなばた)」という織り機です。やがて仏教が伝わると、この行事はお盆を迎える準備として7月7日の夜に行われるようになりました。現在七夕という二文字で「たなばた」と当て字で読んでいるのも、ここから来ていると言われています。

ライフアートコミュニティ佐保の里、各デイサービスセンターで、毎年7月にご利用いただいていますご利用者様に、願いごとを書いていたき施設内に飾っています。ご利用者様の願いごとの一部を二面・三面で紹介させていただきました。



天平たなばた祭り(県ホームページより)



天平たなばた祭り(県ホームページより)

ライフアートコミュニティ佐保の里では、介護事業者として介護を望みまた必要とするご高齢者様に対し、人としての尊厳を守り、介護のお世話をさせていただきながら、ご家族様の介護負担の軽減と社会復帰を目標とした自立支援をお手伝いさせていただきます。

今後ともより一層のご支援、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

理事(管理部長) 藤永 栄一

楽しいレクリエーション(七夕)

(佐保の里・青山デイ)

各センターで七夕のレクリエーションとして、短冊にそれぞれご利用者の皆様に思いを綴って頂き、書いて頂いた中から、理事長が、各センター毎にご利用者の思いが込められた短冊を厳正に選考され表彰することになりましたのでここに発表させていただきます。

デイサービスセンター佐保の里

鳥井 悦子 様 91歳	願い事・・・ずっと元気でいられますように  約14年間佐保の里をご利用いただき、佐保の里の歴史とともに楽しい思い出を刻んでこられました。これからご夫婦で仲良く佐保の里に来てくださいね。
鳥井 芳英 様 93歳	願い事・・・元気で百才まで頑張りたい 後六年です  93歳とは思えない若々しく、何事にも意欲的に取り組まれるお姿に心が打たれます。百才を超えてますますお元気に過ごされるお姿が目に見えます。
山根 光夫 様 54歳	願い事・・・すぎもとゆうこさんと来年結婚できますように  ムードメーカーで、いつも元気に全員に挨拶していただきます。願い事、かなうといいですね。

青山デイサービスセンター

林 武雄 様 76歳	願い事・・・負けないぞ ウイルスなんて 殺してやる  日頃から健康意識の高い林さんです。このコロナ禍の中、「自分は絶対にコロナに感染したくない」との思いから書かれたようです。
松本 富子 様 74歳	願い事・・・お父さん愛してる  富子さんご主人の馴れ初めは、富子さんのお姉さんご紹介だったそうです。恋愛結婚だったとご主人が明かしてくださいました。

楽しいレクリエーション(七夕)

(菅原デイ・新大宮デイ)

菅原デイサービスセンター

飛藝 勉 様 73歳	願い事・・・菅原の広場に咲いた夢一つ笹に結んで祈る健康  目標達成への近道は一步踏み出す勇気と努力！
宮廻 俊徳 様 93歳	願い事・・・妻の病気が良くなり一緒に元気でデイサービスに参加できます様お祈りいたします。  妻が早く元気になってほしいと奥様のことを大切に思う気持ちからこの願い事を書かれたようです。
山崎 美智子 様 88歳	願い事・・・生駒嶺を茜に染むる夕映えに吾が残り生のかくあれかしと  自分のこれからの人生を輝かせていきたいとの思いからこの願い事にされたようです。

新大宮デイサービスセンター

岡井 シヅ子 様 102歳	願い事・・・健康。200歳まで生きれますように。  ふっとわいてきた願いです。今が102歳、いつまでも元気で長生きがしたい！という思いでこの願い事にしました。
河内 豊子 様 89歳	願い事・・・お父さんと一緒に長生きできますように。  お父さんと共に一緒にいつまでも長生きしたい！という思いでこの願い事にしました。
中嶋 泰子 様 74歳	願い事・・・お父さんといつまでも仲良くいれますように。  大好きなお父さんといつまでも一緒にいたい、いつまでも仲良くありたい！という思いからこの願い事にしました。

自慢のご利用者様

菅原デイサービスセンター

あいはら

かずこ

相原 和子 様



菅原デイサービスが開設された平成25年からご利用頂いています。

周りの方々を笑顔にして下さる魅力的な女性です。今回は

86歳には見えない若々しさの秘訣をお伺いしました。

相原様のご紹介

北海道小樽のお生まれで、札幌、旭川で幼少期を過ごされ、お父様の仕事の関係で家族6人京都室町へと転居されました。京都へ来られてから会社員だったお父様が脱サラをされ事業を始められるのを機に京都の北区にさらに転居され時代背景の影響もあり、切り詰めた生活をされていたそうです。相原様も娘時代に繊維関係の事務のアルバイトをされ、生活を支えてこられました。お勤め先が大阪営業所へと転勤された際に、ご主人と知り合われ、相原様25歳ご主人が27歳でご結婚され、門真に新居を持たれますが、京都府精華町、現在の奈良市と転居が続きお子様も3人おられますが、それぞれお生まれになったところが違うそうです。慣れたところにまた違う環境へといろいろとご苦労もあったかと思いますが、持ち前のバイタリティーで乗り越えてこられました。

お元気の、若々しさの秘訣

お歳には見えない相原様ですが、趣味(特技)をお聞きしたところ、コーラスを12歳ころから続けられているそうです。公民館での練習にも欠かさず参加され、発表会を目指して励んでおられます。コーラスのメンバーさんの中でも相原様が一番年長だそうで、周りの方々が細かくフォローして下さることが有難く、また元気を頂かれているようです。今はお一人暮らしをされていますが、週3回のデイサービス、コーラスの練習と忙しく過ごされている中で、人と人とのつながりの尊さ絆を実感されるそうです。相原様の人望もあるかと思いますが、気持ちの持ち方が前向きなことが魅力の一つですね。お元気そうにお見受けしますが、狭心症や脊柱管狭窄症をお持ちだそうで、「することがなかったらすぐに横になってしまう…」とのことですが、意識を高く持たれており、お化粧して外に出て人と会うことがお元気の秘訣ですね。



菅原デイサービスについて・・・

菅原デイサービスが開設して、ご自宅にチラシが入ったのをきっかけに、利用をして頂くようになりました。

スリング体操、マシントレーニングは欠かさずリハビリに熱心に取り組まれています。また、お友達もたくさんおられおしゃべりや脳トレを楽しんでおられます。開設当初からご利用頂いているので、色々なことにご配慮頂き、職員も教えて頂くことが多いですが、相原様は「この職員さんはよく動かれるし、よく気が付き、よくして下さい」と。また、菅原に来ているから元気なんです」とデイサービスのファンでいてくださいます。職員も相原様の存在に元氣と笑顔を頂いています…。これからもますますお元気でデイサービスを楽しんで下さい。

貴重なお話ありがとうございました。

インタビュー担当：森井

ミニ納涼祭

各センターでミニ納涼祭をおこないました。

今年は毎年実施しておりました佐保の里納涼祭が新型コロナウイルスの影響で中止になりましたので、各センター例年以上に力を入れた納涼祭となりました。

佐保の里



射的や金魚すくいゲームを楽しまれ、
かき氷やおやつのスイカに舌鼓をうたれて楽しいひとときを過ごして頂きました。

青山デイサービスセンター



皆さん金券を握りしめて、
ゲームや食事を楽しみました

新大宮デイサービス



夏祭りといえば盆踊り。
炭坑節に合わせて踊りました。

前～！後ろ～！右～！左～！と
温かい応援を頂きました。

毎年恒例新大宮デイ名物スイカ割り。
楽しんで頂きました。

菅原デイサービス



射的 上手く命中、出来ました！

皆で、美味しく焼きそば、かき氷、フランクフルト、ベ
ビーカステラを食べました

ヨーヨー釣り 何個釣れたかな？

掲示板

コロナ禍による対応

今年初めに、中国武漢で発生した新型コロナウイルスですが、5月の緊急事態宣言により一時収束に向かうかと思われましたが、この夏場の猛暑の中第二波が各地で発生しており、全世界でワクチンの開発が待ち望まれております。

奈良でもクラスターの発生等があり、第一波以上の感染者数が報告されています。

企業だけではなく、教育機関でもstayhomeや遠隔(オンライン)教育の重要性が指摘されています。まだまだ終息には程遠いコロナ禍ですが、気を緩めることなく原点に返って施設においても感染予防に取り組む必要があります。

風邪や季節性インフルエンザ対策と同様にひとりひとりの咳エチケットや手洗いなどの実施がとても重要です。また、風邪症状があれば、外出を控え、やむを得ず、外出される場合にはマスクを着用してうつさない対策とうつされない対策の双方を考える事が重要です。

集団感染の共通点は、特に、「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」です。換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることは避けてください。

例年以上の酷暑の中、例年よりもいっそう熱中症にも注意する必要がある、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐための新しい生活様式を心がける必要があります。

マスクの着用が奨励されていますが、マスクを着用していない場合と比べると、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがあります。マスクを着用する場合は、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がける事が大事です。又、自身の体温測定、健康チェックを行い、それらを知っておく事で異常の早期発見もでき、熱中症予防にも有効です。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養するように心掛けてください。

菅原天満宮より疫神斎符を頂いて



疫神斎符(お札)は、日本古来より疫病除けのお札として珍重されております。この度新型コロナウイルス終息祈願祭にて、新型コロナウイルス除けご祈祷をしたお札です。

全センター、事業所用に、菅原天満宮より頂いた疫神斎(えきじんさい)のお札を玄関等に貼らして頂きいち早く新型コロナウイルスの流行が終息するように願っております。

配食弁当について

配食のふれ愛佐保の里店では、配食サービスを通して、ご高齢の皆様「食べる楽しみ」を感じていただき、栄養バランスを考えた、安全・安心なお弁当を心込めてお届け致します。①1食から宅配いたします。(宅配料は無料です)②お弁当の種類は、普通食、カロリー調整食、たんぱく調整食、ムース食、ふれ愛小町(低カロリー・低塩分)やわか食の6種類をご用意しています。③配達時に安否確認も行います。④奈良市の配食サービスもご利用いただけます。(申請等手続きが必要です)