



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



佐保の里たより

ご利用者様に満足していただける サービスとは……

風が薰り、木々がいきいきと眩しく輝く新緑の季節となりました。

日々季節の移り変わりが感じられ、心地よい時間が流れる閑静な住宅地に、平成17年3月「佐保の里」第1号店としてデイサービスを開設いたしました。その後「青山デイサービスセンター」を開設、昨年は「菅原デイサービスセンター」今年1月には「新大宮デイサービスセンター」の開設で、通所介護事業所4か所を運営することができましたことは、ご利用者様・ご家族様、地域の皆様、居宅介護支援事業所の皆様方の暖かいご支援とご理解があつたことと職員一同深く感謝いたしております。

さて、ますます高齢化が進み独居の高齢者、認知症高齢者の増加が深刻化する現在、地域包括ケアシステムを見据え、「ご利用者様に満足していただけるサービスとは…」を永遠のテーマとして取組んでいます。



・体の健康

理学療法士による予防介護、筋力トレーニング
看護型ケア、栄養バランスを配慮した食事 …

・体の癒し

心身のリラクゼーション、庭の見える入浴スペース
体、心に優しい素材を大切にした施設 …

・心の健康

自然との共有、調和を大切にした施設(緑、閑静)
文化度の高い行事計画 …

・心の癒し

ホスピタリティー重視、文化度の質的向上(お花見、納涼祭)
趣味の集い、展覧会等の参加 …



<ご利用者様からの評価は>

- ・スリング、マシン等のリハビリの設備が充実している
- ・職員が優しく気配りができ一生懸命である
- ・何よりもご利用されているご利用者に「活気」があり元気がもらえる
- ・食事の内容がよく美味しい
- ・施設が明るく清潔感がある

ご利用者様の満足度の向上のため、「理念」の実践と、年2回のアンケートの実施、ご利用者様から直接聞き取りを行い、外部審査機関に「サービスの質」の検証を依頼して、また職員の質とスキルアップのため外部講師を招き研修を実施しています。

より良いサービスが提供できるよう介護の原点に戻り、地域の皆様に喜んで頂ける施設作りを目指します。今後とも宜しくお願い申し上げます。

佐保の里 事務長 藤永 宗一

お花見

佐保・青山合同お花見会

4月3日、4日の両日は毎年恒例の佐保の里・青山合同による花見会が行われました。3日は晴天に恵まれ、満開の桜を眺めながらお弁当と職員手作りの豚汁を美味しくいただき、お花見会を満喫されていました。4日は残念ながら雨天のため屋内での昼食となりました。両日とも午後からはフロアにてカラオケ大会も行われ、みんなで楽しい時間を過ごされました。



お花見ドライブ～菅原・新大宮デイサービス～

当初の予定は、4月2日(水)・3日(木)の2日間、平城旧跡と佐保川のお花見ドライブでした。素晴らしい天候のもと桜が満開で希望者も増え、4日(金)もお花見ドライブに出かけました。

実際に行かれたご利用者様は「本当に感激しました。また来年も来ます」と、もう頭は来年になっておられる方、ドライブの道中に「30年振りに行かせてもらいました。あの時の桜が、こんなに大きくなっているとは」と感慨深い表情で話をされている方、またある利用者様は「初物を食べた時のように、75日寿命が伸びました」と嬉しそうに笑顔で言って下さいました。

最終日の4日(金)は、午前中あいにくの雨でしたが、ドライブの時には晴れ、風が強くなり桜吹雪も觀ることが出来ました。利用者様の会話の中から、「いつもはプライベートのお友達と、でも今日はディサービスの普段とはまた違った方と一緒に皆で桜を観れて良かったです」と聞くことができました。また来年皆さんとお花見ドライブへ出掛けるのが楽しみです。



新大宮デイサービスのご利用者様



菅原デイサービスのご利用者様



佐保川沿い図書情報館前

自慢のご利用者様

菅原ディサービス

奈良市在住

今川 正 様

大正13年4月30日 90歳

卒寿

週6回のリハビリで、目に見える回復をされています。

努力を惜しまない今川様は、一人で買い物に行けるようにと目標を持って日々リハビリに力を入れておられます。

今川様に密着

広島県福山市で幼少期を過ごされ、「香川大学」の前進である「高松経済専門学校」をご卒業されています。昭和19年10月に赤紙が届きましたが、入隊の前日に「久留米第一予備士官学校」に入校し、1年後少尉に任官、翌年に終戦を迎え復員されています。その後、大学を受験する資格が与えられ、見事「京都帝国大学」に合格され経済学部で3年間学ばれました。復員時にご本人にとって大金の退職金が手渡され、そのお金で大学に通うことができたそうです。そして「香川大学」にお勤めをされ、大学に籍を置きながらフルブライト奨学金を得るチャンスを掴まれ、1年間「シカゴ大学」で計量経済学の勉強をされました。当時アメリカに留学できる人数は年に100人～200人程度と限られており、日本からアメリカまで行くのにプロペラ機で2～3日かかりました。

「香川大学」では10年お勤めをされました、「府立大学」に転任して数理経済学を教えておられ、フォートラン言語を用いて、コンピューターのプログラムを作ることに専念されていました。

また、「四国電力」で企画の指導、他10箇所以上の学校で経済学を教えられ、**大阪府立大学名誉教授**になり、**勲三等瑞宝章**を与えられました。

還暦を迎える定年後は「甲子園大学」の経営情報学部でコンピューターのシステムエンジニアを領域に受け持たれ、73歳までご活躍されました。

ご趣味をお伺いしました

ドライブと旅行が趣味の今川様は奥様と、国内は宗谷岬から佐多岬まで、外国はヨーロッパ縦断や北アメリカ、南アメリカと海外旅行をよくされたそうです。

努力のリハビリ

今から2年ほど前に、突然呼吸困難や食べ物が食べれなくなり、県立奈良病院に緊急入院、死を覚悟するほど重態になりました。その後、3ヶ月リハビリ専門の病院に転院されました。

回復され、ケアマネージャーの紹介で当所に通われることになりました。

ご利用当初は、歩行が不安定でしたが、毎日のリハビリの成果で歩行スピードが目に見えるほど早くスムーズになりました。今川様の精神面も前向きになっておられます。「治していただくのであります。早くここを卒業するためにどうしたら良いか考えて行動しています」と意気込みを語って下さいました。

スタッフ一同、出来る限りの協力で改善のお手伝いをさせていただきたいと思っております。

長時間のインタビューありがとうございました。

インタビュー:社長室 黒瀬



介護予防

佐保の里が開設し、10年目に入りました。そして、佐保の里のご利用者様も毎年加齢とともに老化が進んでおられます。そこで今回の介護予防ではもっとも身近な『肺炎』という問題を紹介していきたいと思います。肺炎防止には、**早期発見** **予防** が挙げられます。

日本では1年間に12万人近くの方が肺炎で亡くなっています、また肺炎による死者の95%を実際に65歳以上の高齢者が占め、肺炎による死亡率は年齢とともに高くなり、70歳後半から急増します。

加齢による身体の衰弱やそれに起因した免疫力の低下や、持病により肺炎が重症化しやすい、誤嚥しやすいなど高齢者の肺炎は「高齢による免疫力低下」「誤飲」「症状が出にくく発見が遅れる」「老化による薬物代謝の低下」



もっと皆さんに興味を持って欲しいですし、高齢者は肺炎によって生じる「危険なサイン」が出にくいために発見が遅れがち、早期に対処していくことが必要です。

「危険な異常なサイン」・・・発見しにくい

<肺炎予防の5ヵ条>

- (1)規則正しい生活習慣をつける、バランスのよい食事、水分の摂取、運動を継続して体力・免疫力を低下させない
- (2)誤飲を防ぐ事、むせ込みや喉が通りにくい等の症状に注意する。良く噛んで食べる。
- (3)口腔の清潔を保つ(口の中の細菌を増やさないために嗽いや歯磨きの習慣をつける)
- (4)持病(基礎疾患)をきちんと自己管理する。
- (5)肺炎球菌ワクチンを接種する(予防としてのワクチンには肺炎球菌による重症化を防げます)



体力・免疫力を低下させない

誤飲予防・口腔清



高齢者の肺炎予防の目的



肺炎ワクチンの接種

基礎疾患をきちんと治療する

高齢者の肺炎は、免疫力の低下や体力低下にて感染しやすい状況や、老化による薬物代謝・排泄機能の低下のために、治療薬の副作用が生じやすくなり、重症化しやすい。また感染しても咳、発熱、痰などの典型的な症状を欠く事が多いために肺炎の早期発見が遅れるなどの症例も多々あります。

デイサービスでは、ご利用者様お一人お一人の体力維持のためにお身体の清潔(入浴) 心身の維持のためにリハビリや社会交流の場をもち、利用者様の異常の早期発見に努めて行きたいと思っております。

ご利用者様皆様の安全と安心を目標に微力ながらお手伝いさせて頂きます。

統括施設長

山口 涼子



個別機能訓練の紹介～佐保の里・青山ディ～

佐保の里ではリハビリを積極的に実施しています。レッドコードを用いたグループトレーニングや、関節運動力学に基づいた筋力トレーニングが可能なHURマシンがあります。また佐保の里と青山ディサービスでは、個々の利用者様の身体能力や状態に応じた個別機能訓練も行っています。運動内容は様々で、起き上がり、立ち上がり、歩行などの動作訓練だけでなく、片麻痺による運動麻痺に対してのストレッチングや神経筋再教育運動、腰痛などに対するリラクゼーション等も含まれています。

腰痛に対するリラクゼーション

佐保の里でグループトレーニングに用いているレッドコードですが、高齢者の運動だけでなくオリンピック選手の筋力トレーニングや、使い方によれば図のようにリラクゼーションを行うこともできます。これはいわゆる一般的な腰痛だけでなく、腰痛脊柱管狭窄症や腰椎椎間板ヘルニアによる脊髄神経障害から生じる腰痛や痺れにも非常に効果的です。

ある利用者様は、約20年前に発症した腰椎椎間板ヘルニアによる腰痛に悩まされてきました。主な症状としては、歩いていると腰から下が徐々にだるくなり、継続的に休まなければ長距離の歩行ができないということです。約半年程前からこのレッドコードを用いたリラクゼーションを実施しています。今までではディイに行くと非常に疲れが残っていたそうですが、これを行うと腰の筋の張りがなくなり、ディイから家に帰ってからが非常に楽になるとのことです。腰を吊られているときは、水中游泳のような感じで、周囲がどれだけ騒がしくてもぐっすり眠ってしまうそうです。

このように下肢を吊ることによって、腰痛だけでなく浮腫の軽減や下肢筋自体のリラクゼーションも行えます。また、頭部を吊れば頸部や肩周囲筋のリラクゼーションも可能です。

個別機能訓練では動作訓練だけでなく、レッドコードを用いたリラクゼーションも実施しています。



床からの立ち上がり動作訓練

自宅でよく転倒されているという利用者様に対して、床からの立ち上がり動作訓練を行っています。どんな動作にも実は行きやすい方法があります。立ち上がるだけの身体能力があつても、方法を知らなければ立つことはできません。そういう利用者様に対して動作の指導を行うことで、ADLは拡大します。

この利用者様も以前までは転倒されても一人で立ち上がることができず、家族様の介助が必要でした。立ち上がりはまず四つん這いになり、椅子などに手をついて行うと楽にできるようになります。この利用者様に対しても動作訓練を行い、現在では椅子があれば一人で立ち上がるができるようになりました。一人で立ち上がりができるようになり、自信もついたそうです。

グループトレーニングへの参加が難しい方に対しては、このように個別でのリハビリを行い、利用者様のニーズに答えられるようにしています。



この状態から…

四つん這いになり…

椅子に手をつき、立ち上がります

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

新大宮デイサービスセンター

佐保の里グループの第4号店としてオープンし約5か月になりました！

新大宮デイサービスといえば…ゆっくりとお一人ずつ入浴ができる個浴対応や少人数でのリハビリ、和気あいあいな雰囲気など小規模事業所ならではの魅力がたくさんあります。

新大宮の駅近くと立地条件のよい場所ですが、まだまだ「こんなところにデイサービスが…？」「佐保の里？」と知られてないことが多いようです。デイサービスって、どこも同じようなもの…等思われている方もあるのでは…今はたくさんのデイサービスがあり、それぞれに持ち味や雰囲気はちがいます。

「新大宮デイサービスセンター」では、利用者様に合ったデイサービスを見つけて頂くために、今までのアットホームな雰囲気とリハビリを取り入れ、いつまでも在宅での生活が出来るように支援していきます。

ご見学、お試し体験のご利用を実施しております。 いつでも、お気軽にお立ち寄りください。

百聞は一見に…ですね！



毎日ご見学・お試し体験実施中



広々としたデイルーム リハビリ(スリング)も実施しています

掲示板

ISO維持・拡張審査

私たち「ライフアートコミュニティ佐保の里」グループでは、ご利用者様に満足していただけるサービスを実現するために、「ISO9001」の認証を取得しています。

このたび1年毎の維持審査が「ライフアートコミュニティ佐保の里」「青山デイサービスセンター」、昨年6月と今年1月に開設した「菅原デイサービスセンター」「新大宮デイサービスセンター」は、拡張審査が4月22・23日の二日間にわたり各事業所で審査が行われました。

「理念」「品質方針」に基づき、ご利用者様重視のサービスの実現と「安全」「安心」してご利用いただけるように、今回は品質マニュアル・各手順に基づき、適正なサービスが実施されているかどうか厳しく実施されました。

審査員より、品質マネジメントシステムは、良好に運用されふさわしいレベルに成熟している。拡張となった「菅原デイサービスセンター」「新大宮デイサービスセンター」においても、適合性の確保、ご利用者・ご家族の満足度の向上への取組の姿勢が随所に見受けられ、品質マニュアル・規程で定めた手順外においてもコミュニケーションや情報の共有化における効果的な運用がなされている。引き続き品質マネジメントシステムのより効果的、実効的な維持、運用を図って頂きたい。と維持審査・拡張審査に適合することの評価をいただきました。

