



クリニックコスモス長野  
介護老人保健施設コスモス長野  
介護老人保健施設コスモスさいなみ  
コスモス長野通所リハビリテーション  
コスモスさいなみ通所リハビリテーション  
長野地域包括支援センターコスモス

居宅介護支援事業所コスモス  
訪問看護ステーションコスモス  
ヘルパーステーションコスモス  
グループホームコスモス長野  
グループホームコスモスさいなみ  
短期入所生活介護事業所コスモス

コスモス長野デイサービスセンター  
コスモス松川デイサービスセンター  
グループホームコスモス松川  
小規模多機能型居宅介護事業所コスモスホーム  
居宅介護支援事業所コスモス松川  
株式会社コスモスプラネット

### ボランティア地域社会資源の 実習生の受入れ

厚生労働省の外郭団体（財）介護労働安定センター長野支部からの依頼により本年度初めてのヘルパー一級受講生十二名（二年後には介護福祉士の受験資格）の実習の最終日の12月15日に当施設において、ボランティア活動の実情について研修されました。当日は、ボランティア「ふるさとの風」さん、喫茶のボランティアさんの活動を現地見学、そのあとボランティアさんから、ボランティア活動の喜び、苦勞なこと、係わった感想等について話し合い交流を持ちました。



ボランティアさんと実習生の交流会

### 職員のメンタルヘルス講習会の開催

よい老健施設の条件として職員が明るく思いやりをもってご利用者さんに接することが大切であることは言うまでもありません。そのためには職員のメンタルヘルスが大切で、このための外部の専門講師による講習会を12月25日コスモス長野別館3階で開催しました。

講師は厚生労働省外郭団体の介護労働安定センターから派遣されたキヤリ&ライフ小野幸子先生で、メンタルヘルス不全、ストレス解消対策、身近にいる人の気づき、早期発見をめざして等について実例をまじえて研修させて頂きました。なお、近年厚労省も、働く人のメンタルヘルスセミナーを重点施策として取組んでおり、当施設の職員が、少しでもストレスを抱えないよう、軽減するよう配慮して参ります。次回はコスモスさいなみを予定しております。

### 退任にあたって

医師 酒井千春

新しい年、平成二十一年が始まりました。三月が来ますと私は満九十四歳になります。昭和十一年の三月に二十一歳になり、そのあくる四月に医師免許証を頂きました。

医師として歩み始めて七十三年になります。振り返ってよくまああの思いが致します。その最後の十年をコスモス内に住まわせて頂き、大勢の高齢者の晩年を診させて頂いていただきました。

考えるまでもなく、コスモスに参りましたとき私は既に後期高齢者でした。そのような私を温かく迎えて守ってくださいました理事長先生、それから仕事を共にしてくださりました皆さんに本当にありがとうございます。

いましたと心から御礼申し上げます。耳が聞こえませんが目が見えますといいますが、頭の中、体全体は確実に老化の一途をたどっていることをしみじみ感じ、去年の秋頃からコスモスにご迷惑をかけたといううちに退職させて頂かねばと考えるようになりました。

そして十二月二十六日をもって退職させて頂きました。退職はいたしましたものの、名残惜しく、そのために数々のご迷惑をお掛けいたしました。

あとの位の余命が分かりませんが忘れずに遠くから何かの形で御恩を返さねばと考えております。最後に沢山な皆さんから頂きました寄せ書き、私の宝でございます。大切に大切にしております。本当にありがとうございます。

### 用語解説

#### 小規模多機能型居宅介護事業

65歳以上のものによって、身体上または精神上の障害があるために日常生活を営むのに支障があるものに対して、その者の選択により居宅で、あるいはサービスの拠点に通わせまたは短期間宿泊させて、入浴、排泄、食事等の介護、機能訓練等を供与する事業。2005年の改正により、介護保険法の小規模多機能型居宅介護として位置づけられる老人居宅生活支援事業に追加された。当コスモスでは、平成19年3月から松川町に通称コスモスホームという施設を開設している。

### 看護師さん募集

夜勤のできる看護師さんを募集しています。パートの夜勤でも結構です。お知り合いの方でおられましたらご紹介ください。  
☎285-2654 山田

### 編集後記

新春をお慶び申し上げます。今年（うし）年、また牛に引かれて善光寺参りの善光寺ご開帳の年でもあります。ご利用者様、ご家族様、関係機関の皆様、職員の皆様にとつてよりよい年でありませうと祈念申し上げます。本年もよろしくお願ひ申し上げます。（編集委員 勝田）



### ボランティアさん紹介

コスモスホームへは、多くのボランティアの皆さんが来ていただ

いて、踊り、腹話術、手打ちそばなど様々な出し物で、利用者さんや職員を楽しませていただいています。先日の誕生日会には、法人かすみ草の踊りボランティアの皆さんが来ていただいて、国定忠治、ハワイアン、日本舞踊など、華麗で楽しいショーを見せていただき、ショー終了後には、踊りの練習の苦勞話などで、お茶を飲みながらの会話も弾んだ交流会となりました。

### 新任医師のご紹介



介護老人保健施設  
コスモス長野  
医師 安川浩司 先生

私安川浩司は、下小島田出身で、長野高校卒業後国立秋田大学医学部に入學、卒業後は理事長の同級生の杉田教授に師事し、信州大学脳神経外科に入局いたしました。以来脳外科一筋に今まで千例の手術を行ってまいりました。しかし、脳外科はご存知のように、三六五二四時間の緊急体制であったので、心身ともに疲れてしまい、またこれからは老人医療の時代と考え、清水理事長にお願いして入社させていただきました。首から上しか分からない専門バカですが、今後はこの病院に貢献できるような精一杯勤めるつもりです。わからないこともたくさんあり、皆様にご迷惑をおかけすることもあると思いますが、何卒よろしくお願ひいたします。ちなみに趣味は、ドライブ、音楽鑑賞です。特にジャズ、ブルボウが好きで毎日聞いています。まだ一人者であることが悩みですが、これからのいい出会いを信じていこうと思ひます。皆様何卒よろしくお願ひいたします。



医療法人コスモス  
理事長 清水 健



明けましておめでとございます。

医療と介護を通して社会に貢献することを目指すコスモスグループは今年で13年目、十二支で数えるとひとサイクルが終わり、新しいサイクルに入り丑（うし）から始まりです。ゆっくり地道に歩んでいきたいと思ひます。

クリニックの19床は現在介護療養型病床としてご利用頂いておりますが、平成23年までに介護施設に転換を迫られています。私は何かに変えなければいけないならば、一般病床に転換したいと願っています。医療費抑制政策をとっている政府の現在の方針のもとでは多分赤字となる可能性が高いですが、介護の現場のすぐそばに医療が提供できる場のあることの重要性を痛感しているからです。病院にいかなくてもすみやかにクリニックで治療すれば、病院で治療するよりも低コストで迅速に治療できるメリットがあります。

私どもの老人保健施設には在宅介護を支援する部門のひとつにデイケア（通所リハビリ）センターがあります。ここに通ってご利用者の状態は軽症者から重症者まで幅がとて広い。そこでこの方々にひとつの場所でサービスを提供するのはなく、いくつかの部署に分けて、それぞれの方々にあったサービスを行うことを考えました。

軽い方はコスモスデイサービスセンター、中等度の方はコスモスデイケアセンター、重症の方はクリニックコスモスデイケアで受け入れていきます。このやり方は昨年の老人保健施設大会で高い評価を受けました。

昨年、10年間勤めて頂いた酒井千春先生が常勤医師を退職されました。長い間ご苦勞様でした。94歳とされる高齢でしたが、目も耳も頭脳も衰えておらず、まだまだ続けてやって頂きたかったのですが、腰や下肢に力が入らず痛みが出てこれ以上無理というのが理由でした。私は頭が正常なら四肢の機能は車椅子や人工四肢で代用できるもので、現役最年長の記録にチャレンジして頂きたかったのですが残念でした。今年からは脳外科専門医の安川浩司先生が常勤医師として着任いただきました。よろしくお願ひいたします。

# 職場紹介

「グループホーム  
コスモスさいなみ」



「老健さいなみ」の道路を挟んで南に位置するわがホームは、外観がえんじのモダンな2階建てで、1階は白を基調にヨーロッパ風、2階は木彫ベイスの和風に作られています。開所より3年が経過し、それぞれのユニットの生活の様子や入居者の力作が掲示されており、目で生活の様子をご理解いただけたらと思います。

「ゆっくり楽しく過ごしましょう」のスローガンの通り、ホームでは入居者と職員がゆっくりお茶を飲みながら楽しく会話している、和やかな雰囲気を感じていただけると思います。

1階には昨年の1月より入居者よりも職員を癒すための「チャチャ」も加わりホームでの生活が一層楽しさを増したように思います。

ホームでは入居者の思いや、地域の一人として、地域の皆さんとのふれあいを大切に、一年間を通じて四季折々季節の行事を企画し、多くの方に参加していただきました。ボランティアさんとの交流も多く、毎月のグループから、年に数回のグループ、下水鉋小学校児童さんや大橋保育園の園児さんとの交流は一年通してとても楽しみでした。

入居者の日々の生活は途切れることなく続く中、これだけ多くの事を遂行できるのは、職員が自分の仕事をきちんとこなし、お互いのことを思い、協力し、信頼しているからこそできる事だと思えます。わが職場の良いところは職員の「チームワークの良さ」だと自負しております。

余談ですが16名の職員の内10名が50歳を超えており、平均年齢は50歳を有り超え、還暦を迎えたなんてとても思えない位とても若く美しい職員が揃っております。主婦の経験も豊富で、ホームの原動力と言っても過言ではないでしょう。

# 施設でのリハビリ

施設には様々な職種の方がいて、入所している方々のお世話をさせていただいています。老人保健施設でのリハビリは、一般的に言われている「運動」だけでなく生活全般にわたります。たとえば、食べる・トイレ・着替え・入浴・身だしなみ・話す・移動などが含まれますが、その人が必要なことを練習し、生活に活かせるように介護士・看護師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・栄養士など各職種の職員が協力してお手伝いしていきます。

この中で、理学療法士は「体を使った大きな動きを援助」し、作業療法士は「手作業や身の回りのこと」をよりよく行なえるように方法の助言や福祉用具の選定・環境整備などを行います。そして言語聴覚士は、主に「ことば・聴く・食べるなど」に対してアプローチしていきます。

今後もご利用者様が、いきいきと生活していくためにサポートしていきたいと思っておりますので不安なことなどありましたらご相談ください。

(理学療法士 吉岡まさこ)

# グループホームあもりについて



平成21年4月開設予定のグループホームコスモスあもりの建築工事について予定通り順調に進行していることをご報告いたします。現在は木造建方もおわり各種設備の埋設配管、屋根の瓦工事等行われています。

職員につきましては山崎ホーム長、塚田介護士をはじめに中途採用を中心に常勤職員の確保にはほぼ目途がたち、グループホーム長野、さいなみならびに入所棟等で研修を始めているところです。

入居者の申し込みについては、現在概ね26名の申し込みがあり今後事前面接を徐々に行っていく予定です。2月中旬には第一回目の入居判定を行う予定となっております。

全体として順調に進行していることを再度ご報告するとともに、ご協力していただいている看護、介護職員ならびに相談員の方々に御礼いたします。今後ともよろしくお願いいたします。

(事務部長 山田徳実)

# ニュースフラッシュ



中間管理者会議

毎月1回会議を開催し、さいなみは「水曜会」、長野は「木曜会」として、理事長からその時々の方針の指示、各フロアの代表者からは毎月の業務報告・課題等について説明討議し、ご利用者様・ご家族様によりよいサービス提供するよう努めております。(写真は水曜会)



マジックショー  
さいなみデイケアクリスマス会



さいなみ2階クリスマス会



長野3階新年会



2009年1月15日(木) 長野市民新聞

川中島合戦にちなんだ門

# 川中島合戦ゆかりの地で 冠木門風ゲート新設

小島田の風林火山の旗も  
医療法人 風林火山の旗も

小島田の風林火山の旗も、医療法人 風林火山の旗も。ゲートは、約2000坪、上杉重隆の川中島合戦ゆかりの地として、門柱の間に旗竿を立て、旗を掲げ、門の左右には2本ずつ、戦国武将武田信玄の軍勢が出陣の際に掲げた「疾如風徐如林優如不動如山」と記したのぼり旗を立てた。

ゲートは、約2000坪、上杉重隆の川中島合戦ゆかりの地として、門柱の間に旗竿を立て、旗を掲げ、門の左右には2本ずつ、戦国武将武田信玄の軍勢が出陣の際に掲げた「疾如風徐如林優如不動如山」と記したのぼり旗を立てた。

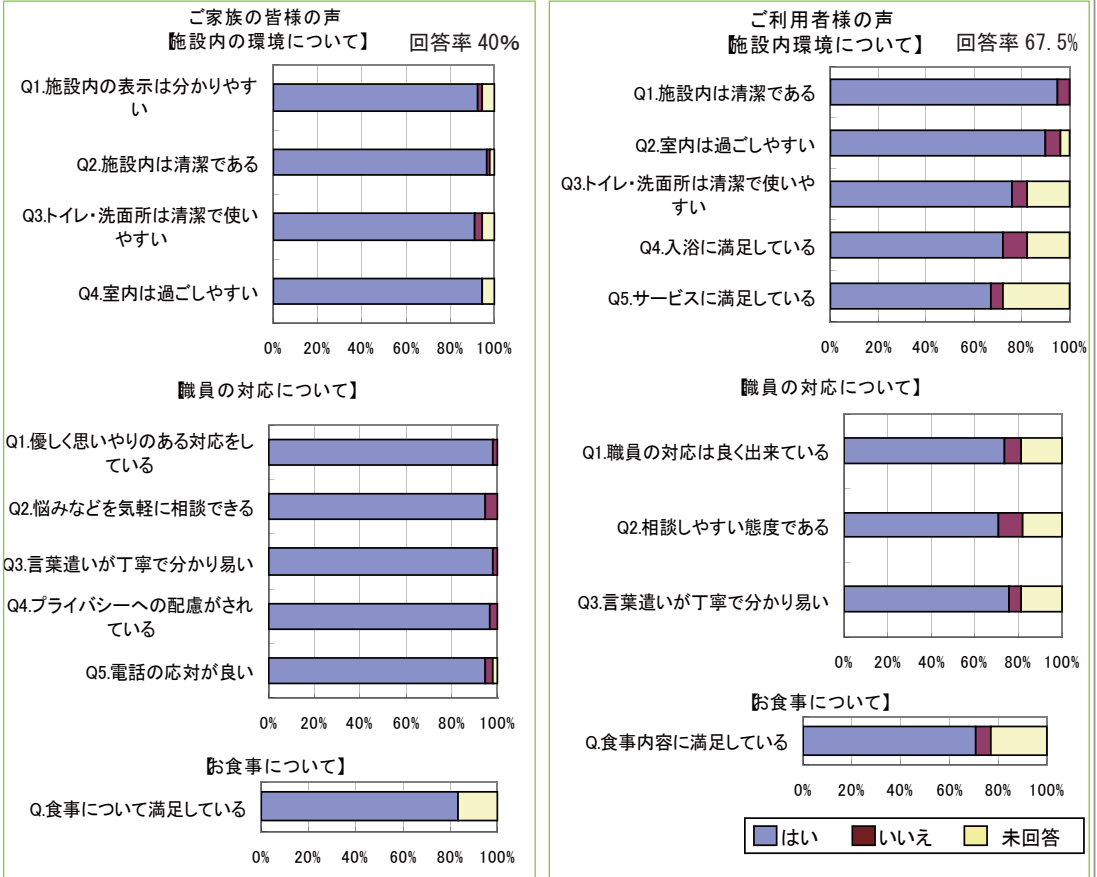
小島田一帯が武田氏領であった。同施設相談役の勝田

# ご利用者様満足調査結果について

当施設では、提供されているサービスの質の向上を目指してアンケート調査を実施いたしました。実施対象は、介護老人保健施設(コスモス長野・さいなみ)・通所リハビリテーション(コスモス長野・さいなみ、介護予防含む)・短期入所生活介護・デイサービス・グループホーム(コスモス長野・さいなみ)以上の部署ごとに利用者・家族にアンケート用紙を配布しての調査方法をとりました。今回は、入所施設コスモス長野における結果の報告をいたします。

# ～医療法人コスモス 満足度調査～ ①

## 介護老人保健施設コスモス長野 (長期入所棟)



これらのアンケート調査の結果を基に、具体的な問題点を把握し、サービスの質の向上に結び付けていけるように努めたいと思います。