



コスモスだより

編集・発行 医療法人コスモス 平成22年8月1日

〒381-2212
長野市小島田町380番地
TEL 026-285-2654
http://cosmosnet.or.jp

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
グループホームコスモスあもり
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
クリニックコスモス松川
株式会社コスモスプラネット
(給食部・有料老人ホーム・グループホーム)

各フロアの話から

釣り

コスモスさいなみデイケア

イワナという川魚がいる釣堀があります。魚がえさに食いついた瞬間は、なんともいえません。釣りに興味を持ってしまふのも仕方ありません。魚の感触はいいものです。男性利用者もそうですが、女性利用者からも人気がある企画です。



マレットゴルフ大会

コスモス長野デイサービスセンター

年に2回春と秋に開催されるマレットゴルフ大会ですが、今年で大会は12回を数えるまでになりました。近年では、長野県が一番盛んにプレーをしているのが、マレットゴルフです。「誰でも楽しめる、健康づくりに役立つスポーツ」

として考案されたものです。さいなみデイケア、グループホーム、ショートステイの利用者様と一緒にプレーをし、最初はうまくいかないから・・・と控えめなのですが、プレーを開始すると、みなさん楽しくて無我夢中にスティックを振っています。初めての方でも、指導員のボランティアの方に教えていただいております。写真は、集合写真の一部です。皆さん、自然と本当に良い表情をしています。



三年目の春に！

コスモスプラネット篠ノ井

コスモスグループの皆様、お変わりありませんか。コスモスプラネット篠ノ井は、今年開設三年目を迎えました。四月は芽吹き季節で、ユニットを囲むそれぞれの庭にはポラントイアさんに植えていただいた花たちが



香りを放ち、水やりをしてくださる方、車イス散歩をして花から笑顔ももらう方、日向ぼっこでウトウトしている方、優しい姿をたくさん見ることができました。そんな春のある日、屋台ラーメンはいかがですか？とポラントイアをされているラーメン店さんからの誘いがありました。来所をお願いし店長さんのお話を伺い成功させたいという思いに集まった各職員がうなづきました。

五月二十日、交流広場にはラーメン店「るるも」さんの屋台が開店！スープのいい香りが漂い、常食から刻み食までメニューを考えて対応していただきました。煮卵、焼き豚等の乗ったあの大さなどんぶり。九十九歳のKさんはホクホク顔です。職員も含め四十食を皆さんで完食していただきました。



医療法人コスモス

理事長 清水 健

人間は、neophiliaと呼ばれるごく新しいものに興味をもつ動物です。人間が一番近いチンパンジーも新しいものに興味を示します。Science という意味は知るとい意味です。未知のものを探りあてたり疑問をもったりして考え、理解しようとする欲望が人にはあります。知りたいという気持ちは一種の興味で遊びの一つです。遊び心が人の文明を築いてきたし、将来人の役に立つ新しい発見につながるのです。学問や勉強は遊びのひとつであると思う必要があります。無駄をほぶくことは大切ですが遊び心まで否定してはいけません。宇宙には Dark Matter (ダークマター) と言うものがあると最近いわれ、東大宇宙線研究所が富山県の神岡にあり、カミオカンデと呼ばれ、そこでダークマターの研究を始めようとしています。大きいタンクの中にキセノンを置き水を満たして周囲と遮断します。宇宙から来るダークマターがキセノンに当たると光を放しその光を調べることでダークマターが如何なるものか研究できると言われています。宇宙は多くの銀河系から成り立っています。銀河系は無数の星の塊といわれています。光を出す星、光を出さない星など様々です。星と星の間、銀河と銀河の間には何も無いのかという疑問がでますが、実はその間はダークマターという物で満たされているというのです。人間現在知り得る星や物質の他にダークマターというものが存在し、今まで人間が知り得たものは宇宙全体の1/5位で、あとの4/5はダークマターだということです。ダークマターを知ること、人間の成り立ちや物質の成り立ちを知る大きな手がかりとなります。我々人類はダークマターからできたものかもしれません。そして、死んだあとの最後の姿はダークマターかもしれません。

頑張っています！

フィリピン研修生

クリスティーナ・フェルナンデスさん担当フロアは、クリニックと長野デイ2階。入浴、食事の介助。他おむつ交換、口腔ケアなど。入社後八ヶ月経った今はすっかり慣れました。利用者さんのお顔と名前も全部覚ええました。少し戸惑うときは、利用者さんの話すことが自分にとって早すぎると思うことで、その時はもう一度お聞きします。長野に来て、寒い冬にはもう慣れました。時々散歩をしています。山と緑と田の風景は、故郷のフィリピンの自分が育ったところとても似ています。職場の上司や皆さんに親切にされてありがたいです。お給料の八割はフィリピンの子供二人(高校生)のために送金しています。

ウエマ・デ・フォウンさん

十一月十日から別館の2階で実習には入っています。時間は午前九時から午後七時まで。月火木曜は日本語の介護の用語を佐藤先生から教わっています。かたかな、ひらがなは大丈夫覚えられました。実地研修の方は、清掃、利用者さまの排泄の介助などで慣れました。職員の方皆さん親切にしてもらってありがたいです。日本語の日記を先生と交換しています。

日本の物価は高いです。お米は5kgで二千円ぐらいですが、フィリピンでは五〇〇円ぐらいです。土曜日曜などはジョギングをしています。

(聞き書き 勝田)



母の日に感謝状

グループホームコスモス長野

母の日は、自分の想い出、又は子供たちから受ける母親としての自分と言うことで、今年も職員一同が子供の立場から母として生き抜いて来た個々の人生を聴きそれを「感謝状」としてまとめプレゼントをしました。夫を亡くし手ひとつで子供達を育ててきた人生も、子供の笑顔や夫の思いやりで乗り越えて来た人生も過ぎてみればこれすべて「感謝」という二文字で今は幸せに生活していますとご家族の方々も共に「感謝状」を渡された気持ちでとても感激しましたと心温かな「母の日」の一日を過ごしました。

「グループホームコスモスプラネット篠ノ井」オープンへ

かねてから工事をしておりましたが、この程建物が完成、八月一日にオープンしました。二階建て定員は、1ユニット9人、2ユニットで18人。各個室毎に壁の色が異なり、また1階と2階の床の色も異なっており、利用者様に自分の部屋が分り易くなっているのが特徴です。入所は要支援2から要介護5までに認定されている方が対象です。

TEL 026-292-5533
FAX 026-292-0088

ホーム長 白浜陽子



場所は篠ノ井会区の住宅地の中で、近くに広い公園、隣には有料老人ホームコスモスプラネットがあり環境も良好です。

医療と介護の連携について

事務部長 山田徳実

去る6月2日 東京国際フォーラムで「地域における医療と介護の連携セミナー」が行われました。全国老人保健施設協会では「地域包括ケア」「地域包括支援システム」という言葉で、すでに医療と介護の連携の課題は検討されてきました。今回のセミナーの重要性は、確かに具体的な連携の方法論ではありませんでした。ただ、全国公的病院連盟と全国老人保健施設協会との共催に大きい意義があるものでした。

高齢化が進行し、介護分野は試行錯誤しながらも、その社会性をも考慮しながら、柔軟性をもって変化、対応してきたと言えます。しかしながら、医療については、確かに先進医療、再生医療等専門分化の治療モデルとしては目ざましく進歩、発展をしていますが、しかし、高齢者の急速な増加と経済成長の伸び止まりは、医療を取り巻く様々な環境の変化を余儀なくしています。「医療は変わる」「高齢者にふさわしい医療とは」の言葉に表されるように、救命、

延命、完全治療目的の医療だけではなく、「病気と共存してでも、QOLを維持すること、生命だけではなく生活全体を支えてゆく」、生活モデルとしての医療が求められています。

生活モデルとしての医療と24時間365日を通じて利用しながら病院に依存せずに住み慣れた地域での生活を継続することが可能」とするもので、概ね30分以内の日常生活圏内において、医療・介護のみならず、福祉・生活支援サービスなどが一体的かつ適切に相談、利用できる提体制の確立です。また、団塊の世代の人たちが75歳を迎え、高齢化がピークを迎える2025年までの実現が目標となっています。

具体的な方法論は、行政の誘導ももちろん必要ですが、地域包括支援センターの重要性はより高くなります。理事長が言われるように「施設から地域へ」を掲げ軌道修正の時期が来ていることは事実です。「地域包括ケアの実現」のために何をすべきか、皆で知恵を出し合ひましょう。

職場紹介

「通所サービス部門」の紹介

医療法人コスモスでは、次の四つの特色を持ったサービスの展開をしています。

① コスモス長野デイサービスセンター

「家に閉じこもりがちで話し相手が欲しい」
「足腰が弱くなった、以前のように畑仕事をしたい」
「リハビリ専門職員、栄養士等による分析指導を取り入れており、要支援1・2の方を中心にご利用いただけます。」

② コスモスさいなみデイケア

「食事を作れるようになりたい」
「ひとりでの外出に不安がある」
「住環境の見直しが必要だと思うが、どうすればいいのか」
「自立した生活のために必要な理学療法、作業療法、言語療法を行ない、機能回復リハビリを特色としています。」

③ コスモス長野デイケア

「ひとりで起き上がれるようになりたい」
「食べこぼしがひどくなんとかしたい」
「トイレは、自分で出来るようになりたい」
「麻痺した腕と足を使えるようになりたい」
「障害の特性や認知症など個別的なケアと身体機能そのものの回復を目的としています。」

④ クリニックデイケア

「寝たきりになってしまい外出もできない」
「身体の拘縮がおきており、今後の介護が心配」
「在宅医療の管理や寝たきりターミナルなど、医療処置や身体的重度ケアをおこないます。」

いずれの場合も、ご利用者が張り合いを持つてくださり、ご家族が安心して送り出せる施設であるよう職員一同努めております。また、地域において介護保健施設としての役割を果たせる在宅支援部の一部でなければならぬと考えます。

コスモス長野デイケア主任 看護師 野沢和江

利用者様の声

今、家族5人の介護をしています。夫と、その両親、それに自分の両親です。でも、お陰様で無理せず、毎日楽に暮らさせていただいています。

このコスモスさいなみに入所させていたでいるのは実父で、父は今から25年前57歳の時に脳出血で倒れ、その後遺症で右半身麻痺になり、20年間母がいろいろなサービスを利用してながら実家で介護してきました。けれど、5年前に2人とも体調を崩し、自宅近くの施設を探したけれど見つからず、娘の嫁ぎ先の長野の施設に入所させていただきました。その半年後、今度は元気に働いていた夫の父が倒れ、要介護5の状態になり、そちらも引き受けたら、頑張りすぎて自分も倒れました。そんな中で「一人で頑張らないで頼めることはお願いしよう」と決めました。

この施設は安心です。本人の話聞いてくれるから。病気があっても毎日笑って暮らせます。皆様に心から感謝しています。

坂田知恵子



ボランティアさん一覧

コスモスには多くのボランティアさんが活動していただいております。今回は、どんなボランティアさんがどんな活動をされているかまとめさせていただきました。

コスモス長野

さわやかアンサンブル・・・音楽演奏、朗読
高橋さん・・・アコーディオン演奏
喫茶部・・・移動喫茶
すみれ・・・傾聴ボランティア
夏目さん・・・茶道
杭全さん・・・華道
菜の花・・・歌、手遊び、紙芝居
あすなろ・・・朗読、紙芝居、歌
もくれん・・・パネルシアター
るりの会・・・玉井さん・・・朗読、歌
堀さん・・・ハーモニカ演奏、川柳
ふるさとの風・・・紙芝居、歌、マジック
GB・・・ギター演奏
すぎなの会・・・朗読、紙芝居、歌、手遊び
荒井さん、竹村さん・・・絵手紙教室
ピースドッグ・・・犬の訪問
小林さん・・・車椅子ダンス
ともだち・・・手話ダンス
ケーナ・デュオ・アミーゴス・・・ケーナ演奏
カラオケ友の会・・・歌
おはなしバスケット・・・朗読、手遊び、歌
相沢さん・・・健康体操

コスモス松川

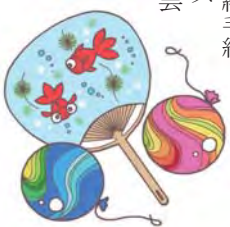
麦の会（高橋様）・・・三味線
酒井さん・・・ハワイアンダンス
新井さん・・・座光寺さん・・・踊り
鈴丘太鼓・・・太鼓
大湯さん・・・腹話術
亀山さん・・・お手玉
加納さん・・・ユカイナ
小川さん・・・フルート

コスモスさいなみ

喫茶・・・喫茶・レクボランティア援助
施設行事援助他
W塚田さん・・・カラオケ・朗読
夢カルテット・・・コーラス
にこにこドン・・・歌・リズム
わらべうた・・・歌・紙芝居・劇・踊り
更北さわやかアンサンブル・・・音楽演奏・朗読
文月（ふづき）・・・オカリナ演奏
ひまわりの会・・・舞踊・歌・マジック
信濃凹凸一座・・・舞踊・歌・マジック
青空・・・舞踊
小林さん・・・懐メロレコード鑑賞
堀さん・・・ハーモニカ演奏
卵奏・・・ライブ演奏
杭全さん・・・華道
ふるさとの風・・・歌・紙芝居・腹話術
山上さん・・・マジック
琴木星（きんもくせい）・・・大正琴
芙蓉会・・・大正琴
こずえ会・・・琴演奏
ビートウッズ・・・ダンス
すみれS・・・音楽演奏

コスモスプラネット

心友コスモス・・・傾聴グループ6名
絵手紙ほほえみの会・・・絵手紙
コールSUN・・・コーラス
信州デコボコ一座・・・演芸



グループホームコスモスさいなみ 愛犬「ちゃちゃ」テレビに出演

去る6月9日NBSの「我が家のアイドル」として出演しました。撮影が始まった時はちゃちゃは少し緊張していましたが、利用者様との散歩のシーンなどちゃちゃとのほのぼのとした心の交流を感じました。今やちゃちゃはすっかりセラピー犬になりました。



TOPICS

テレビ東京で理事長の一日取材

日本映画監督協会所属の坂下正尚監督以下ディレクター、カメラマンなど五人による取材がありました。テレビ東京のチャンネルは長野ではみられませんでしたが、テレビ信州が六月下旬に放映されました。内容は清水理事長の自宅から職場まで一日の活動を放映されました。