

お手紙

ご利用者様のご家族から心温まるお手紙が届いています。その一部を紹介します。

コスモス長野
の手紙です

先日、退所いたしました。2年間本当に良くお世話して頂き、担当の相談員さんはじめ看護師さん介護士さんありがとうございました。本当に細かいところまで配慮頂きお陰様で安心して子育てもすることができました。この2年、風邪も引かずになんにも状態がよいまま退所できることは、母をしつかりみて、母に合った介護をして頂いたからと本当に感謝の気持ちで、家族皆でコスモス長野さんの存在に感謝しています。

今も桜ホームで頑張って食事を摂っています。母は皆さんに見て頂き幸せでした。これからも笑顔でお仕事頑張ってください。

在宅ケアで最期を見取った
ご利用者様の娘さんからのお手紙です

医療、介護、福祉を通して社会貢献を目指すコスモスグループ広報誌



コスモス、だより 第13号
〒381-2212 長野市小島田町 380 番地

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

第13号

編集・発行：医療法人コスマス 発行日：平成24年9月10日

クリニックコスモス長野
介護老人保健施設コスマス長野
介護老人保健施設コスマスいなみ
コスマス長野通所リハビリテーション
コスマスいなみ通所リハビリテーション
長野市地域包括支援センタークスモス
居宅介護支援事業所コスマス
訪問看護ステーションコスマス

ヘルパーステーションコスマス
グループホームコスマス長野
グループホームコスマスさいなみ
グループホームコスマスあもり
短期入所生活介護事業所コスマス
コスマス長野デイサービスセンター
コスマスさいなみデイサービスセンター
ウエルフェアコスマスあもりデイサービスセンター

スモス松川ディサービスセンター
ループホームコスマス松川
規模多機能型居宅介護事業所コスマスホーム
居宅介護支援事業所コスマス松川
クリニックコスマス松川
式会社コスマスプラネット
域密着型介護老人福祉施設コスマス苑

卷頭言

介護老人保健施設こそが
地域包括ケアの担い手となる

最近、高齢者の地域包括ケアが行政によつて主導されていますがその中心的役割を果たす場所はどこなのかいまだに明確になつていません。地域の行政区ごとに地域包括支援センターがありそこがその役割を果たす場所になるのではないかといわれています。



この五つの理念のもとで運営されている介護老人保健施設は、これを実行するためには医師、薬剤師、看護師、介護福祉士、支援相談員、管理栄養士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚訓練士などの多職種の職員が配置され、さらに地域のボランティアの方々が施設に入つて地域に開かれた施設となっています。

さらに介護老人保健施設には在宅介護を支援する役割を果たすために付属施設として市町村から委託された地域包括支援センターあるいは在宅介護支援センターがあり、また通所リハビリ(ティケア)、デイサービスセンター、ヘルパーステーション、訪問看護ス

マネージャーによる支援)などが併設されています。

施設内は平均的に100床の居室があり、サービスステーションがほぼ中央にあり、前述の各職種の職員がこのサービスステーションを中心として各部屋、各ベッドに出向いてサービスを提供しています。

この施設内の業務を地域で行うことが、地域包括ケアだと思います(施設がサービスステーションで、居室が各個人の家だと思つてください)。

したがつて、このような組織や関連事業所を持つ介護老人保健施設こそが地域包括ケアの担い手となるべきであると思つています。しかし、介護老人保健施設の経営者の間には温度差があり、全国介護老人保健施設協議会の方針、考え方を沿つてすべての施設が協力的であるとは思えません。一方、包括ケアに関心を持つ病院、介護老人福祉施設、有料老人ホーム、介護支援専門員の会などがあります。これらの横の連携も大切です。

私は地域においてもっとも包括ケアに关心をもち、その運営に努力している団体、施設あるいは病院がその地域の包括ケアの主導的役割を果たすだろうと思っています。

地域包括支援センターは行政とこれら

の施設や病院の間にあってその運営を補佐していく立場となると思っています。

私はこの地域においては「スモスクループ」がしっかりとこの基盤を築き上げる施設として役立ちたないと考えていました。

この度は本当に色々とありがとうございました。父の具合が悪くなつてからあつという間でした。その度に色々と決断しなくてはいけない事がありました。ドバイスにより父や家族も一番良い最期になつたと思つています。

退院して家に帰つてきてからも、コスマスの医師、看護師、ヘルパーさん、もちろんケアマネさんもその都度顔を出して下さつたので、母も私も本当に心強かつたです。欲を言えども、もう少し父と一緒に過ごしたかったですが、最後の最後に父が一番好きだったお風呂に入り、私も体を洗つてあげ、綺麗になりそれこそ眠るように息を引き取るなんて誰もが望む最期ではないでしょうか。

ケアマネさんが、父が亡くなる前日に電話を下さり、母に電話をしたら丁度看護師さんがいて「とりあえず来てもらつて、入れなかつたらそれでいいんじやない」と背を押してもらえたので、私もお風呂に入れてあげようとした。

感謝の言葉は書いても書いても尽きません。ケアマネさん始め、コスマスクリニックの皆様、デイサービスの皆様、父のために心から親身になつて下さり本当にありがとうございました。とりとめのない文になつてしましましたが、お礼の言葉にかえさせていただきます。

笑顔でにじむ
いつでも元気でも笑いの力は心の健康、
さあ今日からの今からー。

- ・ もっと笑うために
- ・ とにかく笑えそうなものに貪欲になる。
- ・ 面白そうな集まりに参加する。
- ・ 愉快な話をたくさん聞く。
- ・ 楽しいことを思い出す。空想する。
- ・ 人を笑わせて、自分も楽しい気分になれる。
- ・ 人間や自然を観察して、物事に気づく。
- ・ 感性を育て、感動することが大切です。
- ・ 作り笑いから本当の笑いになる。

「最近笑っていない」方に

全く笑っていない日が続いているませんか？毎晩寝る前に笑ったことを思い出す、そしてそれを明日の誰かに話すのです、

喉が乾いたと自分が感じたときは、もう遅いのだそつです。いまめに水分をとることが大切ですね。

WHO(世界保健機関)では、健康について以下のように提案しています。「健康とは、身体的・精神的・靈的及び社会的(physical, mental, spiritual and social)な面で完璧に良好で生き生きした状態であり、単に病気や病弱でないことではない」と述べています。⁽¹⁾ 健康の構成要素は、①人間的健康とは、人生の目的や意義を見出し主体的に人生を選択すること。⁽²⁾社会的健康とは、他人や社会と建設的でよい関係を築けること。としています。⁽³⁾参考まで。

本号からYJ雑誌編集者の強力な助人が編集委員に加わりました。新人職員の特集号としては発行が遅くなりましたがことをお詫び申し上げます。

編集後記

040-2100-6006

募集してしまひ
夜勤のできる看護師・介護士を
募集しています。お気軽にお問
い合わせください。

募集しています

コスモスホール

樋口一さん「ポストマンライブ」
コスモスホールにて開催客席と会話も交えながら歌った
樋口さんのライブ

『手紙』の樋口さん公演

利用者や家族招く

沢田研一やSMAP、石川さゆりなど様々なジャンルの歌手に楽曲を提供するシンガーソングライター樋口一さんが「ポストマンライブ」が7月8日に「コスモスホール」にて開催されました。「ポストマンライブ」は、樋口さんの代

表作の一つで、年老いた親が子どもに向かって「おまかせ」「おまかせ」と何度もの人たちに届けようと無料で開いていた「コンサート」。その様子は長野市民新聞(右)にも取り上げられました。

カフェコスモス

一番人気はエビピラフ、
おかげさまで盛況です

▲本物の蔵を改築して作られており、外観にも趣を感じられる。



● 営業時間 11時～16時
● 定休日 土日祝祭日

▲店内にはテーブル席が用意されている。

さいなみ通所

24時間テレビチャリティ、
手作り作品販売は、今年も盛況

▲コスモスさいなみのエントランスホールにて行われたチャリティ販売。



▲利用者様一人ひとりが製品作りに熱心に取り組まれていた。

さいなみ通所部門では、8月7日（火）～31日（金）の間、24時間テレビチャリティ販売を行いました。利用者様が作ったさまざまな商品を多数販売し、たくさんの方にご来場、ご購入頂きました。

コスモス苑

残暑を吹き飛ばす
あもりん夏祭りを開催しました

夏の暑さを吹き飛ばそうと、8月3日にエントランススペースを主会場に夏祭りを開催しました。ご入居の皆さん、デイサービス利用者の皆さん全員でのスイカ割大会を皮切りに、お楽しみ抽選



会、綿菓子やアイスキャンディ、焼きそばなどの出店、さらに、夏祭りには欠かせないヨーヨー釣りと内容も盛りだくさん。最後は全員で盆踊り、笑顔の絶えないひとときでした。

▲エントランススペースには、スイカ割、ヨーヨー釣りのプール、綿菓子や焼きそばの出店が並び賑わいを見せる。

コスモス長野ディ

童心にかえって楽しめると
内容盛りだくさんの納涼祭大盛況

8月23・24日に、コスモス長野ディサービスにて納涼祭を行いました。回を重ねることに内容も充実。童心にかえって楽しめると人気の射的や輪投げ、ポップコーン、かき氷などの出店に加え、マジックショー、寸劇など職員の出し物を開催。今年は獅子舞を取り入れ、昔懐かしい雰囲気を味わえたと好評でした。

プラネット篠ノ井

3年目、ますます人気上昇中
絵手紙ほほえみの会

ご入居されている皆様に大人気の絵手紙教室、そのお手伝いをして頂いているのが「絵手紙ほほえみの会」の皆さんです。毎月1回の「絵手紙教室」も早いものでもうすぐ丸3年を迎えます。施設内には皆様で描かれた絵手紙がたくさん掲示されています。

コスモスあもりんディサービスセンターと共同で、七夕飾りを制作、権堂アーケード商店街の「権堂七夕祭り」に出演しました。テーマは「夜空に出会う織姫と彦星」。LEEDが光る美しい地球と天の川のもとで再会する織姫と彦星をを合体させた作品です。うれしい事に、信濃毎日新聞社賞を受賞しました。

ご入居されている皆様に大人気の絵手紙教室、そのお手伝いをして頂いているのが「絵手紙ほほえみの会」の皆さんです。毎月1回の「絵手紙教室」も早いものでもうすぐ丸3年を迎えます。施設内には皆様で描かれた絵手紙がたくさん掲示されています。

保育所たんぽぽ

5年目を迎える運営も順調
10人の子どもたちが利用中

▲5人の保育士が所属し、好奇心旺盛な子どもたちの世話をします。

職場環境向上、少子化対策の一環として「コスモスさいなみの一角に設けられた保育所「たんぽぽ」が開設5年目を迎え、内外からの注目を集めています。3歳以下のお子さんが無料で利用できるうえ、職場に近いため母乳をあげられる職員にも好評です。現在10人の子どもたちが利用していますが、産休あけの職員も多く、さらに賑やかになる予定です。

長野ディサービス

権堂商店街へ七夕飾りを出典
信濃毎日新聞社賞を受賞

▲権堂アーケード街に展示された七夕飾り。



「売れ筋は、一番『えびピラフセツト』2番『焼きそばセット』です。ご利用者様のご家族が来所されたときはぜひご利用くださいと思つております」と担当の中澤美香さん。主なメニューの「コーヒー、紅茶、アイスクリームはいずれも200円。また人気のアイスコーヒー、ソフトは300円。ご手頃な価格で提供しています。

● 営業時間 11時～16時
● 定休日 土日祝祭日

