



# コスモス通信

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

## 巻頭言

### 少子高齢化社会が進むなか 小島田町を介護の町へ



コスモスグループ会長  
医療法人コスモス理事長  
**清水 健**

4月から会計年度として新年度を迎えました。

まず今年度新しく入社した職員にあらがとうと感謝の意を表すると共に、伝統あるコスモスグループの一員になられたことをおめでとくと申し上げます。

またいままでご苦勞をかけご協力頂いた全員に対して誌上をかりて御礼申し上げます。

特に昨年度から新しい記録システムの導入、大規模修繕などが行われ今年度も引き続きご苦勞をかけますが宜しくご協力のほどお願いします。

一方、新型コロナウイルス感染症対策にご協力を頂き感謝いたしております。

一時的な防御対策に加えてワクチン接種へのご協力ありがとうございます。職

員家族のワクチン接種が引き続き行われていますがご協力宜しくお願いいたします。

このような情勢の中で会合が自粛されていますので新年会・新人歓迎会も中止せざるを得ず、以前行われていた職員永年勤続表彰式も行うことが出来なかつたことを誠に残念に思っております。永年勤続表彰と記念品の贈呈は理事長室で個別に行いましたことも申し添えます。

また対外的にはロシアのウクライナ侵攻により石油価格、農産物を含め一般商品の価格上昇で家計への影響が出ております。一日も早く終焉することを期待しています。

これを機会に皆様と共に、日本の防衛能力の強化、憲法改正の討論など行う時期が来たと思われれます。日本の食料自給率が40%と低いこと、民主主義の危機にさらされていることなど世界も大きく変わろうとしています。

細かいことでは多様性と調和、SDGs（17項目）の達成などに協力していかなくてはなりません。また身近なことで少子高齢化社会が進むなか全国各地で

介護の街づくりが行われています。

医療を中心として周囲に老人ホームやシルバーマンション、サ高住やシルバーアパート、デイサービスセンター、デイケアセンター、フィットネスクラブそれらの横の連携を地域包括支援センターがとり、更に生活の場を豊かにするための食事や日用品の宅配システムを充実させた街作りです。

私も小島田町を介護の町としたいと思っております。私自身も高齢化していますが、生ある限りこれらの仕事を達成したいと思っております。

大型連休も終わりましたが、コロナ禍の中で皆様いかがお過ごしになりましたか。

私は毎年亡き妻節子の存命中は飯山の菜の花畑を見に行くことを恒例としていました。

いつまで続けられるかなと思っておりますが、2018年を最後に中止となりました。この年の秋に節子は宇宙に旅立ってしまったからです。

菜の花畑は私の思い出の場所として心の奥にしまっておきたかったのです。その時に作った句を締めといたします。

鯉のぼり

菜の花畑に 桜散る

老健コスモス長野東2階



先輩 宮嶋 心夢

この度コスモス長野東2階に配属になりました宮嶋心夢です。入社してから約一カ月経ちますが、知識・技術不足で出来ない事の方が多く、「私は立派な介護福祉士になれるのか」と不安な気持ちでいっぱいでした。しかし、先輩方は非常に優しく、一つ一つ丁寧に教えて下さいます。

抱負 私の抱負×

新入職員が配属となり、一カ月が経った頃、新入職員のみなさんに聞いてみました。老健コスモス長野のお二人は、恒例の先輩からメッセージも添えて紹介します。

抱負 私の抱負×

す。そのおかげで少しずつ成長出来ていると実感しています。また、ご利用者様からも頼って頂く事が増え、「あなたに出会えてよかった」と言われた時は非常に嬉しかったです。

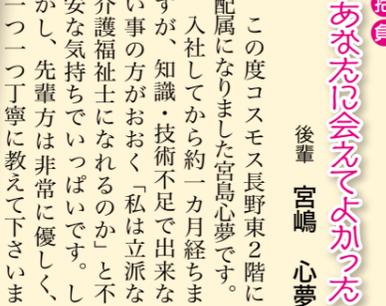
抱負 私の抱負×

私は将来介護現場のイメージを変えていける人になりたいと思っています。そのためにはまず私自身が一人前になる必要があると思います。先輩方に頼れるのは一年目の時だけだと思うので、わからない事は質問をし、介護の質を上げていけるよう頑張ります。

抱負 私の抱負×

皆様よろしくお願ひします。

抱負 私の抱負×



先輩 豊田・ロジ・ヨシオ

入社して一カ月が経ち、新しい環境でも慣れてきました。最初は右も左もわからなくて不安

抱負 私の抱負×

でしたが、先輩方が優しく丁寧に教えてくれるので、少しずつですがこの職場の仕事を理解し始め、自信が持てるようになってきました。

抱負 私の抱負×

自分では愛知県からこちらに越してきたので、ご利用者様とのコミュニケーションが難しいと感じましたが、少しずつ関係を築いて頑張っています。

抱負 私の抱負×

先輩方と一緒にご利用者様に対して優しい声かけ、対応をして一日でも早く一人前の介護士になる為に、日々努力していきたいと思ひます。

抱負 私の抱負×

相手の立場になって気持ちを考えている事は介護者にとっては基本であるかもしれませんが、何年経ってもこの考えを忘れることなく新入社員の人々にも伝えていきたいと思います。

抱負 私の抱負×



先輩 大日方 樹

私がコスモスに入社してしばらくは、覚える事も多く失敗ばかりの日々でした。

抱負 私の抱負×

先輩方のサポートもあり何年か過ぎるうちにやりがいと成長を感じることが増えました。

抱負 私の抱負×

就職してしばらくは介助方法等、自身のスキルを向上させようと思ひ、利用者の方を大切にしたいと思ひ、安全に過ごすように心がけています。

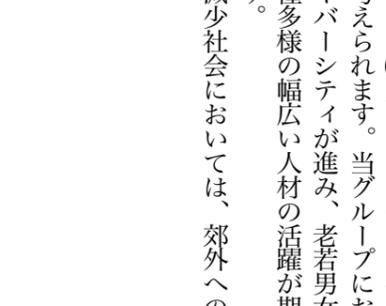
抱負 私の抱負×

居宅介護支援事業所コスモス(ケアマネ)ケアマネとしても能力を高めるために、知識を深めて行きます。

抱負 私の抱負×

趣味: 冷蔵庫の中の食材を見ることが、サッカーをたしなむ

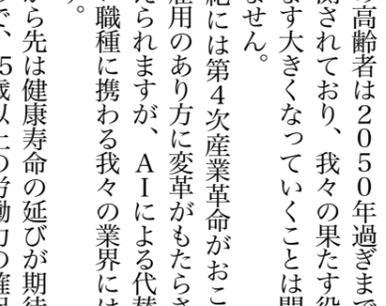
抱負 私の抱負×



先輩 荒井 駿介

新人の皆さんは、不慣れな事がいっぱいですが、仕事を覚える事で手一杯だと思ひますが、今はそれが大事です。

抱負 私の抱負×



先輩 山田 徳実

事業の戦略やビジネス機会を導きだしたり、課題を明確にするための、各事業所を取り巻く外部環境と内部環境を、プラス面、マイナス面にわけて分析する、「SWOT分析」(スワット分析)を紹介いたします。

抱負 私の抱負×

「強み」: Strength: 競合するサービスと比較した自事業所サービスの強み(内部環境、W(弱み): Weakness: 競合するサービスと比較した自事業所サービスの弱み(内部環境)

抱負 私の抱負×

「機会」: Opportunity: 自事業所にとってプラスに働く、外部環境の要因、T(脅威): Threat: 自事業所にとってマイナスに働く、外部環境の要因

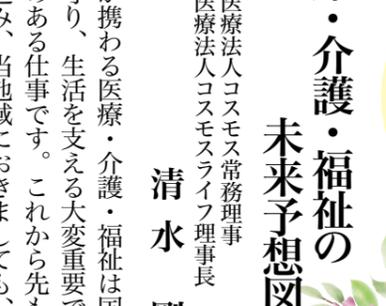
抱負 私の抱負×

まずは、市場の傾向や競合状況、景気や政治などの外部環境である機会(O)・脅威(T)の分析から始め、次に認知度・ブランド力・価格・サービス内容・質・技術など内部環境である強み(S)・弱み(W)を外部環境や競合状況に照らして整理します。

抱負 私の抱負×

「強み」: Strength: 競合するサービスと比較した自事業所サービスの強み(内部環境、W(弱み): Weakness: 競合するサービスと比較した自事業所サービスの弱み(内部環境)

抱負 私の抱負×



先輩 山田 徳実

あたってきた長野にとっては、あらためて新鮮な受け入れです。

抱負 私の抱負×

課題は育成にあります。どのような職員を育てていくのか。現任、新人ともに原点は職場の理念になります。

抱負 私の抱負×

日々の業務、利用者といかに関わるかが原点であり、そこから何を自分で考えた行動がとれるようになるかと理解を深めてほしいと思ひます。

抱負 私の抱負×

ユマニチュード委員会を再開することになりました。やさしさを伝えるケアの技術を学びなおし、人間らしさとやさしさに基づいたケアを新人・現任ともに取り組み、利用者と双方が寄り添う暖かな施設をめざしていきたいと思います。

抱負 私の抱負×

あたってきた長野にとっては、あらためて新鮮な受け入れです。

抱負 私の抱負×



先輩 山田 徳実

あたってきた長野にとっては、あらためて新鮮な受け入れです。

抱負 私の抱負×

あたってきた長野にとっては、あらためて新鮮な受け入れです。

抱負 私の抱負×

あたってきた長野にとっては、あらためて新鮮な受け入れです。

抱負 私の抱負×

あたってきた長野にとっては、あらためて新鮮な受け入れです。

抱負 私の抱負×

あたってきた長野にとっては、あらためて新鮮な受け入れです。

新入職員

Portrait of 千葉 結香 (Kobayashi Yūka), staff member at Kosmos Nagano West 2nd floor.

Portrait of 滝澤 滋子 (Fukisawa Shige), staff member at Kosmos Nagano West 2nd floor.

Portrait of 小林 啓利 (Kobayashi Kei), staff member at Kosmos Nagano West 2nd floor.

Portrait of 森山 美香 (Moriyama Misako), staff member at Kosmos Nagano West 2nd floor.

お役に立てる存在になれるように頑張ります。ご指導のほどよろしくお願い致します。

2022 新年度を迎えて 医療・介護・福祉の未来予想図

医療法人コスモス常務理事 医療法人コスモスライフ理事長 清水 剛



医療法人コスモスライフ、全体昼礼後の集合写真

大を抑制し、市街地に人口を集中させるコンパクトシティ構想も重要となつてきます。

抱負 私の抱負×

医療法人コスモス副施設長 山田 こづえ

抱負 私の抱負×



# Topics トピックス



桜の花が咲き、この施設も1年を無事に迎えることができました。建設準備の事を思い出すと、開設の続きや建設等多くの介護施設の特徴を周知されている専門家の皆様が、今ここで暮らす私たちの生活を想像して、快適で便利にと現在の英知を駆使して作り上げ

## この地区で福祉の一翼を担う 大切な資源への成長を目指して

### コスモス苑こうほく開設1周年

た結晶です。

そんな建物に引越してきた、職員と入居の皆さんを地域の方々が、温かく迎えてくださいました。施設の運営推進委員を受けたり、絵や飾り物を寄付してくださったり、地区の清掃活動をまとめる方々もみな、今までこの地域で私たちコスモスグループの歩みを共に支えてくださっていた皆さまです。

この1年は新型コロナウイルス感染症蔓延の最中にあたり、地域の皆様との交流も叶わず、私たち全員が緊張感をもち感染を防ぎ、この立派な建物の中で静かに暮らした1年でした。

福祉は、人で支えられ、人の幸せを願うものだと思います。新しい年は、私たち職員が、建物に負けない堅牢なチームワークと快適な生活を支える支援や技術を積み上げて、地域の中にも柔らかく溶け込む存在になるよう職員一同目指します。

コスモス苑こうほく施設長 大蔵千智



### 「特別養護老人ホーム久米路荘」等運営移管

## 令和5年4月、 久米路荘がコスモスグループに

現在、長野広域連合が運営しております、信州新町の「特別養護老人ホーム久米路荘」並びに「信州新町デイサービスセンター」につきまして、民間事業者への運営移管の公募があり、社会福祉法人ウエルフェアコスモスが応募した結果、令和3年11月15日、長野広域連合理事会において、運営移管先法人に決定いたしました。

社会福祉法人ウエルフェアコスモスとしては、初めての大型、広域対象事業所となります。

正式な運営開始は、令和5年4月1日ですが、本年4月1日より運営移管準備期間として1年間かけて、現在の久米路荘の運営方針や、地域とのつながり、医療機関との連携などを継承するために、様々な準備をしております。

職員につきましては、本年4月より出向職員として、現在8名の職員が勤務しております。

コスモスグループ職員の皆様で、新しい事業所で自分の可能性を探すことにチャレンジしてみたい方は、是非、ご連絡ください。

ウエルフェアコスモス事務長 清水稔



### 介護付き有料老人ホームコスモスさいなみ開設

## 短期入所から介護付き有料老人ホームへの転換と 小島田本部の新たな挑戦

私が現在の短期入所に配属を受けてから今春で5年が経過したとともに、昨今の施設入所需要急増の背景もあり2004年7月に開所したこの短期入所も今年の7月をもって閉所することになりました。業務転換後の介護付き有料老人ホームコスモスさいなみの開設準備室業務を拝命いたしまして、8月の開所に向け準備をさせていただいております。

介護付き有料老人ホームコスモスさいなみは、現在の短期入所を改装して運営する為、利用者数総勢20名となる地域密着型の入居施設となります。ありがたいことに、現段階で当ショートステイを利用されているご利用者様のほか、ケアマネジャー様からは介護付き有料老人ホームへの入居の問い合わせを頂いております。介護保険制度が始まって20年以上が経過し、これから迫りくる2025年問題もあり地域包括ケアシステムの強固な構築がより一層求められ、ニーズはより多岐にわたってくださると思っております。

ご入居していただくにあたり、昨今謳われているACP（アドバンス・ケア・プランニング）を有効的に導入しながら、コスモス小島田本部には介護老人保健施

設クリニック有床診療所、グループホームなどがある強みを活かしながら、幅広い受け皿の窓口としてコスモスの宣伝事業所となるよう職員一丸となつて邁進したいと思っております。

開設準備室 飯島圭太朗



機能の特徴は以下の通りです

- ①見守りカメラがついている。
- ②通常のナースコール機能に加えて、カメラの情報から「起き上がり」「離床（ベッドから離れる）」「クリップセンサー」の合計4項目で発信を知らせることができきる。
- ③スマートフォンでの動画確認（親機に追加して）ができる。
- ④同時に呼び出しがあった時に、呼び出し順をスマートフォンで確認ができる。
- ⑤万が一事故があった時に、カメラ付近での行動を分析することができる。



見守りカメラに連動して居室の様子がモニターに映る



また、③については、呼び出しがあると専用のスマートフォンに動画が映り、そのスマートフォンでその場の状況を確認することができるため、必ず訪室を認める必要がなくなりました。この機能は介護現場では画期的な部分と判断しており、必ず訪室しなければならぬという見えない負担を軽減することができるという期待をしています。

「スマートフォンで確認できる」

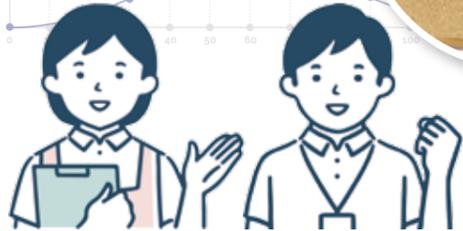
また、③については、呼び出しがあると専用のスマートフォンに動画が映り、そのスマートフォンでその場の状況を確認することができるため、必ず訪室を認める必要がなくなりました。この機能は介護現場では画期的な部分と判断しており、必ず訪室しなければならぬという見えない負担を軽減することができるという期待をしています。

「根拠のある事故分析ができる」

導入後、試験が続いている為本格導入がまだできていませんが、本格導入に向け各フロアでチームを構成し、業務効率が上がリ、事故が起きない為の初期対応が円滑にできることを目標に進めています。

また、万が一事故が起きてしまった場合に、カメラの映像から検証と分析ができ、今まで以上に根拠のある対策を講じることができると期待しています。日々進化しているシステムを有効活用できるように精進していききたいと思います。

医療法人コスモス 連携室 宮島 慎



「状態に応じて使い分けができる」

特に、②については、ご利用者様の様子に応じて必要な4項目の機能を使い分けることができます。ですので、入退所の入れ替わりの多い老健施設では、職員の負担を軽減できるICTと考えることができます。今までのナースコールは押しボタン式の呼び出ししかできず、工夫を重ねてクリップセンサーをナースコールに連動する方法はありませんでしたが、今回はその機能に加え、さらに2項目の機能が追加されています。

介護ロボット・ICT導入支援事業②

「見守りカメラ付きナースコール」

今回、地域医療確保基金事業の一環で「見守りカメラ付きナースコール」を導入しました。前回の通信では、導入までのお話をさせていただきましたので、今回の通信では「見守りカメラ付きナースコール」の機能紹介をいたします。

わたしたちの人生会議

変わりゆく身体と気持ち…話し合いを繰り返しました。

サ高住「コスモスプラネット」あもりの事例

コスモスプラネットあもり 施設長 竹内 博美

2019年2月愛和病院より、54歳のS状結腸癌のTさんがご入居されました。

Tさんは母親と千曲市で2人暮らしでしたが、同居の母親が同月に腰椎圧迫骨折にて受傷し、松代病院へ入院。Tさんも一人での自宅退院は困難と言われ、また母親も娘さんの介護は厳しいとそれぞれ伝えられてしまったため、お母様は娘さんの付き添いという形で施設へ入所される運びとなりました。Tさんの余命は



母(80歳)・娘Tさん(享年54歳) 1年以上千曲市の自宅において、地域の支えを受けて母娘二人で癌と闘っていた。『娘が最後まで安心して過ごせる時間を』とコスモスプラネットあもりへの入居を決意。

数か月と母親にのみ宣告されていたため、Tさんは変わりゆく自分の身体に不安と落ち込みを繰り返しながら、母親のことを気遣いながら施設生活を送っていました。

当初痛みも落ち着いていきましたが、徐々に悪化して動けなくなる身体、酸素も上手に取り込めなくなり、HOT導入をするようになりました。麻薬によるレスキューの使用頻度も徐々に増えてくるようになりました。先に逝く娘に、母親

は気丈にふるまいながらも、職員に時折みせる何とも言えない切なさを話してくださる度、私も心が苦しくなり、どう関わればいいのかを考えさせられました。私達職員ができることはちっぽけだとわかっていましたが、母親が「娘にしてあげたいこと」、Tさんが「したいこと」を可能な限り一緒に行いました。入居時から入居中もACP(人生会議)を行い、都度変わりゆく身体と気持ちに対し話し合いを繰り返しました。



安茂里・阿弥陀寺のご住職であり担当ケアマネの宮本さんとお花見食事会。お母様と一緒に写経もおこないました。



安茂里の老舗パン店ルミエール。子供の頃から大好きなパンを食べさせてあげたい。

母親だけで買いに行った時もありました。

施設に入居して、3か月ほど経った頃、もう一人では起き上がれないほど、容態が悪化。母親が病院での積極的な緩和治療を希望されたため、5月の連休前に入院。入院してから持続麻薬の点滴投与で疼痛緩和開始。病状と麻薬により、日中ほぼずっと傾眠状態である娘のそばで、母親は付き添いながら、声をかけ続けました。「私より後に死んだら、だれも見てくれる人いないから、この子は親孝行だ」といいながら、その約10日後Tさんは天国に旅立ちました。

約3か月の入居でしたが、施設の記録の中に、この親子の写真がたくさん残っています。限られた環境、支援の中でのACPは、できることも限られたものになってしまいましたが、それでも、その方の人生のほんの短い時間、出会えたこと、関わり合えたことに感謝しながら、今後もACPを取り組んでいきたいと思います。

食欲がだんだん低下してきたときは、施設近くのパン屋さんまで買い物に行ったりもしました。施設の食事が食べられなくなった時も、「そのパンなら食べるから」と、



# 感謝の手紙



毎回、ご入所の皆様やそのご家族から寄せられたお手紙を紹介していますが、今回はコスモスグループに勤務するシニアスタッフから届いたお手紙をご紹介します。

清水 健様  
前略

コスモスプラネット篠ノ井で働かせていただいている市川久美子と言います。十年間働かせていただいた感謝と感動を清水先生に聞いていただきたく筆を取りました。

コスモス通信、いつも楽しみにしております理事長先生の宇宙に帰るといふ思いは私の体の中にもはつきりあります。宇宙の大きな秩序の中で生かされていると思っております。人体の不思議さとその神秘さ……自然もしく……生き感動しております。またコスモス讃歌も大変好きです。

私事になりますがシニアスタッフとして勤務時間が、朝／七時～十時夕／四時～七時になりました。その際に原田介護リーダー中心に十年間一緒に働いてきた常勤職員が私を信じて下さり施設全体で一番良い形で利用者さんを守るようなタイムテーブルを作りました。とても感動的でした。それまで昼間のパートで利用者さ

んの事で頭も体もいっぱいでしたので業務変更が心配でした。

実際に体を動かしてみると達成感が半端なく、忙しい夜勤の手助けが出来る喜びで一杯になりました。自分の力をどう生かすか、一杯一杯やると結果が出て夜勤の人にも喜んでいただけています。達成感がうれしく働ける喜びと言うのでしようか……。又今までと異なる心の窓が開き感動がたくさんありました。

ここでは報告、連絡、相談を大切にしており連携も大切にしております。それが夜勤の忙しい時間帯を支えており、ベテランも新人も同じように動いております。またナースステーションも毎日夜七時でも八時でもいつでも利用者さん、家族、スタッフの相談に乗っており、ナースが帰るのはずいぶん遅いと聞いております。

昼も夜もチーム全体で利用者さん、家族を支えるような文化をかもし出しております。

最上さん、現場責任者原山さんの元で感動しながら働かせていただいている事報告させていただきます。シニアスタッフとして元気に働けている事うれしく本当にありがとうございます。

コスモスプラネット篠ノ井  
市川久美子

# 多種多様な

## 第17回 スポーツ



コスモス長野デザイナーサービスセンター  
健康運動指導士  
篠原 恵美さん

私は幼少期から体を動かすことが好きで、最近では地元の仲間達とバスケの練習をしたり、合間に他のスポーツをやってみたりと、毎週の楽しみになっています。

また、最近では健康器具を使用したりしながら、姿勢改善や筋力トレーニングを自分で行っています。だらけてしまうことも多いのですが、以前あつた身体の不調も最近では殆ど感じることなく、その変化が楽しみとなっています。

自身で実践をすることで現場の体操指導でも役立っているように感じます。体操一つとっても、姿勢から気をつける事で効き方が全く違う為、出来るだけそれをご利用の方にも伝えていきたいと思っています。

幾つになっても楽しみを持って生活が出来る事は、明日へのバイタリテイにもなると思います。その為の身体作りもやはり大切な事であり、今後もご利用者様に伝えていきたいことです。

# 長期入所施設の一部に 面会用「陰圧ブース」を設置



長野市からの補助金により、新たに簡易陰圧式ブースによる面会がスタートしました。

これはブースとして囲った場所の内部の空気を常に除菌して外に排出してくれる優れも

ので、これにより今まで行っていたパソコン画面上の面会とは違い、ご入居者様とご家族様が直接顔を合わせて会話を楽しむことができるようになりました。

いつかこのブースも予約も必要なかった元通りの面会が出来る日が来ることを祈っております。

コスモス長野事務 滝沢 拓真

