

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 感染症対策への取り組みに心から感謝申し上げます。



コスモスグループ会長
医療法人コスモス理事長 清水 健

新年おめでとーございます。

昨年中はコロナやインフルエンザなどの感染症対策でワクチン接種や発病者の感染拡大対策など御苦労をかけたと思います。心から感謝申し上げます。コロナ感染にいたしましては、治療薬が出来たため5類となり、マスクをしないで外出する人が増えてきました。

少子高齢化により若い人の労働人口が減ったため医療介護の分野でも職員不足に悩まされる時代となりました。その対策として私共のコスモスグループでは職員紹介制度を作り、職員が新人を紹介した場合双方に紹介料を支給することにいたしました。まだ十分とは言えませんが、この制度を利用していただいた職員が少しずつ増えてきているので宜しくお願いいたします。

私たちのグループを以前より応援していただいた塩入市議員が高齢となったため、昨年をもちまして引退することになりました。引退後も私達のグループを拠点としてボランティア活動をしたという申し出がありましたので、社会福祉法人ウエルフェアコスモスの顧問に就任していただきました。塩入氏は以前より多くのサポーターがおり、議員活動を支援していただいていたが、引き続きボランティア活動にも加わっていたので私の自宅の土蔵を改装して事務所といたしました。世は正に少子高齢化社



会となつていきますので、これからは前期高齢者が後期高齢者を介護する時代だと思つていきます。ボランティアの方には介護補助・デイサービスの送迎・施設内外の清掃などをしていただけたらと思います。

元旦に善光寺へ参拝に行きましたが、大勢の人が参道を埋め尽くす状態でした。お参りをして帰宅したとたん、能登半島地震が起こり家屋の倒壊、火災、津波などの被害が発生しました。神仏の存在が疑われる事態が発生しました。

私は絵本「人は宇宙からきて宇宙に帰る」を小学館から発行しました。私達は死んだ後は宇宙に帰り、過去に亡くなつ



た方とまた宇宙で会えるという内容です。

AIが発達しチャットGPTや大型コンピュータがで複雑な計算も速やかに出来るようになり、死後バラバラになった体の原子を元通りに組み合わせ、この世に戻ってこれれると思つています。

今年も我が社のような職員やご利用者を大切にする組織で仕事が出来ること、おめでとーそしてありがとうございます。上げ結びの言葉といたします。



新たな時代への挑戦 ポストコロナを迎えて



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

新年、あけましておめでとうございませう。皆様には、健やかに新春を迎えられたことと、お慶び申し上げます。昨年は新型コロナウイルス感染症が5類となり、ポストコロナの時代を迎えました。インバウンドも急激に回復し、長野においても、多くの外国人観光客の姿がみられるようになりました。我々は、新たな時代に即した感染症対策に努めていく必要があると思います。

また、昨年は「生成AI」という言葉が大変注目された1年でした。一昨年のデジタル・トランスフォーメーション(DX)につづき、今年も、このデジタル化の波は、我々の生活や医療・介護の中でも、尚一層進んでいくものと思われま。残念なことに、新年早々、能登半島地震と羽田衝突事故がありました。被害に遭われた方々に心よりお見舞い申し上げます。改めて、BCPや危機管理の重要性を再認識いたしました。

この新たな時代を迎えて、人手不足が日本社会全体の問題となつていますが、特に医療・介護においては深刻です。限られた資源の中で、どのように我々の職責をはたしていけばよいか、考えさせられます。



全体昼礼で法人創立3周年記念日を祝う

ポストコロナを迎え、人々の価値観の多様化がさらに進み、ワークライフバランスやスタイルが大きく変化しました。目まぐるしく変わる環境の中、その変化にいかに対応し、そして新たな時代へどのように挑戦していくのが今の我々に課せられた課題ではないでしょうか。

医療法人コスモスライフ 2024年

2020年7月に誕生した医療法人コ

大切な関係づくり



介護老人保健施設
コスモス長野・さいなみ 副施設長
山田 こづえ

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお喜びもうしあげます。

昨年は、新型コロナウイルスが感染法上の5類に引き下げられ、当施設でも、面会に係る制限緩和を実施してまいりました。しかし5類に移行したとはい

コスモスライフは昨年4月に施設の名称変更を行い、それぞれ「ながの県庁前クリニック」、「介護老人保健施設コスモスあがたまち」となり、新たなスタートをきりました。今年も安定した運営で新年を迎えられたこと、皆様に感謝申し上げます。今年は、デジタル化をさらに推進いたしました。医療と介護で地域の皆様のお役に立てるようより一層励んでまいりますので、倍旧のご支援を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

え、感染拡大への不安はなくなるわけではなく、感染緩和を進めると感染リスクが増えることから、全面的に直接面会にならない現状です。ご利用者様、ご家族様にはご不便をおかけしています。Withコロナですが、自由に会える面会が望まれます。なによりも会えることは現状の理解につながり、ご家族と関係性を築きやすいです。意向に添った日々の生活を信頼と安心のなかで取り組むには、ご家族の関わりが欠かせません。ご家族の存在がご利用者様にとってなものにも代えがたいことは、今までに充分理解していると思います。ご利用者様の明るい笑顔が見られるように、ご家族と近い距離で関係を築いていきたいと思います。先ずは通常面会が早く訪れることを期待します。

今年は辰年です。気持ちを新たに、辰のように勢いよく、さらに成長していただける施設をめざし努めたいと思います。

リスキリング: 新しいスキルを習得



医療法人コスモス
事務部長
山田 徳実

今、産業構造の変化や人材不足。人的資本経営へのシフトや自律的なキャリア形成など、ビジネス環境が大きく変化したことにより「リスキリング」の注目度が高まっています。「リスキリング」とは今の職業で必要とされているスキルの大幅な変化に対応するために必要なスキルを獲得する、獲得させること、つまり、新しい知識やス

キルを学ぶことで、異なる職務への転換や、新たな職務を掛け合わせた異なる分野への挑戦を促す取り組みです。

医療・福祉の分野においても、加速する人材不足とDX、ICT、AI等に対応できる新しい知識、スキルの獲得により、自発的に行動できる多くの人材の育成をし、そして激変する環境に対応しながら企業価値を高めることが重要になります。また環境構造が変化すれば、労働者に求められるスキルも変化します。AIやロボットの普及は、労働者の新しい付加価値を生み出すイノベーションな方向への「リスキリング」が必要になります。

新たな人材獲得がますます厳しくなる時代、企業にとつて、多様な従業員が環境適応しながら長く活躍し続けられる支援を行うために「リスキリング」を企業が主導し、導入することが重要で

さいなみにも技能実習生 が配属されました



医療法人コスモス
さいなみ 事務長
福澤 浩

新しい年が始まりましたが、今年は新年早々に能登半島地震が起き、日常を取り戻せない方々が沢山いらっしゃいます。

コスモスでも被災地の施設から要援護者の受け入れのお願いが来ることもあるかと思いますが、その時はご協力をお願いしたいと思います。この長野県でも自

然災害がいつ起こるか誰にも分かりませんが、どこで起きてもおかしくないのかもしれないし、身近な所かもしれません。自然災害を防ぐことは出来ませんが、災害が起きた後どのように行動するかが大切になってくると思います。ちょうど今年各事業所でBCPが作成されそれに準じた訓練も行っていくことになりましたのでよろしくお願ひしたいと思います。

話が変わりますが、今年の大きな出来事といえば、医療報酬と介護報酬の同時改定が行われる年となります。いつものことですが、結構ギリギリでいろんな数字が決まっています、それに合わせて書類の変更や利用者との契約の取り直しなどの業務が増えると思われまますがこれもご協力いただかなくては行けないと思ひます。

祝! 開所10周年



介護付有料老人ホーム
コスモスあもり 施設長
竹内 雅昭

昨年12月、介護付有料老人ホームコスモスあもりは開所10周年を迎え、12月2日にはご家族の皆様30名にお集まりいただき盛大に記念祝賀会を開催することが出来ました。これもひとえに皆様方のご支援ご協力のおかげと心より感謝の念を申し上げます。

私は、コスモスあもりが大好きです。ご利用者の皆様はいつも明るく挨拶してくれたり、私たちが

ポストコロナを迎えて



地域密着型介護老人福祉施設
コスモス苑 施設長
夏目 宏明

昨年は、コスモス苑、ウエルフェアコスモスあもりデイサービスセンターが開設して12年目を迎え、11月には、これからの6年間に向けての指定更新許可通知をいただきました。職員一同、新たな気持ちで施設運営に取り組んでまいりたいと思います。

本年はポストコロナも一段落を迎え、すべてが通常の世の中に戻ってきています。コロナ禍では対面が制限され、その代わりZOOMをはじめとしたICTが普及しました。ポストコロナでは、それに加えて新たに対面での活動が復活しましたが、私たちにとっては、コロナ禍における体験、ICTツールを駆使した技術も新たに手にしましたので、これからはそれらの技術を対面と同時に用いながら日々の業務にも対応していきたいと思ひます。すでに研修などは対面とZOOMの両方が用いられていますが、コスモスにおいても各種会議など、対面にあわせてZOOMなどを用いることで時間の効率化など図れるのではないかと期待しています。コロナ禍をマイナースにせず、プラスに生かしていきたい皆さんと頑張つて参りましょう。

ちよつと何かをしてあげただけで感謝の言葉を沢山掛けてくださる優しい方ばかりです。また職員は、少々お世話の大変な利用者さんがいらつしやつても皆で知恵を出し合つて協力し合つ、一つ一つの行事を大切に心を込めて成し遂げていく、スタッフ同志がリスベクトし合いながらお互いの個性も出しながらケアの継続を実現していく、そんな優しい人間の集まりであるからです。

これからもコスモスあもりは20周年30周年へと成長と進歩を続け制度の度重なる変革や時代の荒波にも負けず理想の介護・福祉の本質を実現していきたいかなければなりません。それは一人では決してできないことです。職員全員が丸ひとつ目前にいらつしやるご利用者様に対して精一杯の愛と誠・優しさと思ひやりを持って接していきたいと思ひます。どうか引き続きご指導・鞭撻のほどよろしくお願ひ申し上げます。



信州新町地区
統括責任者
最上 裕一

明けましておめでとうございます。昨年のご挨拶では変化について書かせて頂いたと思いますが、私は昨年、十五年ぶりに勤務地が変わりました。その前の十五年間では様々な新しい仕事に携わらせて頂き、自分ではずっと新鮮な気持ちで仕事が出来て



社会福祉法人ウエルフェアコスモス
事務長
清水 稔

既に公表されている本年4月からの、介護障害療のトリプル改定の基本的な内容が久しぶりの大幅な(今までは)プラス改定となり、その詳細な内容についても基本報酬の増額が見込まれており、新型コロナの感染拡大や円安による物価



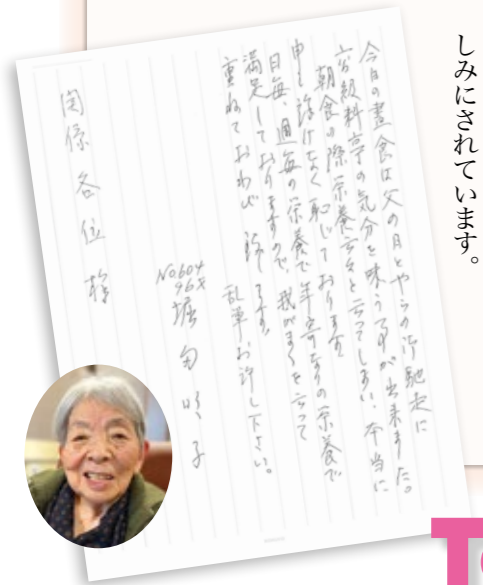
コスモス松川
事務長
平沢 正博

元且、能登半島に震度7の地震が起きました。想像を絶する光景を目の当りにし平穏な毎日に感謝するとともに、日頃からの備えの重要性を改めて痛感致しました。被災された皆様にご心よりお見舞い申し上げます。
2024年は、診療報酬ならびに介護報酬同

感謝の手紙

住宅型有料老人ホームコスモスポールスターご入居の堀田明子様より

コスモスポールスター総合ケアセンター内の住宅型有料老人ホームにご入居の堀田明子様よりとても美しい自筆のお手紙が、コスモスポールスターの厨房スタッフのもとに届けられましたのでご紹介いたします。
堀田様は、今年96歳ですが、杖さえも使用することなく、元気に歩いていらつしやいます。毎日の食事は、ペロリと完食！ 野球が好きで、オリッ



いたと感じていたのですが、やはり勤務地が変わつてみるとその感じ方が全く違います。同時に、様々な経験により、自分の中にも多種多様な引き出しが増えていっていると感じました。そんな成長を実感し、それを与えてくれた環境にも改めて感謝の気持ちが芽生えました。
さて、皆様はどうでしょうか。毎日の生活の中で自分自身を客観的に見て、振り返る事はしていますか？
たまには自分を見つめ直してみてもどうでしょう。自分では気づいていなくても実は成長している部分が多かったりするものです。そんな自分に気づき、自分を認め、自分を褒めてあげられる日々が増える1年であつて欲しいと願ひ、新年のご挨拶とさせていただきます。

高の影響で、マイナス面が続いていた運営状況に一筋の光が見えてきたと思ひます。
しかしながら、そのプラス改定を本当に有意義に活かすためには、これから明らかになる詳細な改定情報を確実に把握して、適切に対応していくことが重要です。厚生労働省はただ簡単に介護報酬を増額する訳ではありません。それなりの条件や手順を求めてきます。社会福祉法人ウエルフェアコスモスとして、その条件に明確に対応して、確実に介護報酬の増収につなげていくことが、私の責務であると改めて感じています。
私事ですが、清水理事長の許可をいただき、一般社団法人全国介護事業者連盟、長野県支部の副支部長を拝命しました。この介事連の活動により、介護事業に関する行政への様々な要望等の働きかけにも、力を入れていきたいと思ひております。

時改定の年になります。
世界情勢の変化、物価高騰、人口減少、社会環境変化の影響等と難しい問題は続きますが、皆様の期待に心えていけるようしっかりと準備していききたいと思ひます。
今年の干支は、辰年の中でも「甲辰(きのえ たつ)」になるそうです。辰は、干支の中で唯一実在しない空想の動物で、古来より神聖な動物として縁起が良いとされてきました。「甲辰」は、春の日差しが、これまで積み上げてきたものにあまねく成長・発展を助ける年になり、その春の日差しは、自身の甲羅の大きさに合った身近な範囲に成長・発展の光が届くそうです。
一つの甲羅は小さくとも、「甲辰」の春の日差しが少しでも多くの利用者、ご家族、地域の皆様に届くように職員一同力を合わせて、取り組んでまいりたいと思ひます。

Topics トピックス

久米路荘へ車いす2台を寄贈して いたがきました



車いすを寄贈していただいた際の記念写真

久米路荘では、令和5年12月18日に、長年、高齢者施設等での理容等を担当されているお店の方々と構成される「長野県理容生活衛生同業組合 長野支部様(支部長 横澤和志様)より、車いす2台を寄贈して頂きました。大切に使用させていただきます。ありがとうございます。

百寿を越えても元気! 荒木仲先生



100歳間近のスーパードクターとして、コスモスグループで活躍された荒木仲先生のことを覚えていた職員の方々が、大勢いらつしやるのではないのでしょうか。荒木先生は、今年9月で102歳のご長寿を迎えられます。現在はかつての職場のすぐ近く、グループホームコスモス長野にて元気で生活をされています。

ボランティア活動再始動



松代ハーモニカアンサンブルの皆さん
(GH コスモスポールスターにて)

コスモスグループ全体で、昨年から、徐々にボランティアの皆様の活動が行われるようになってきました。現在、インフルエンザやコロナウイルスの流行期に入り受け入れも中断していますが、桜の花がほころぶ頃には、コロナ禍前の様子が戻ってくるのではないのでしょうか。



地域密着型介護老人福祉施設
コスモス苑こほうく 施設長
大蔵 千智

春を迎えると施設は満3歳となりま
す。
長い新型コロナ感染症の対策をしたトンネルを抜けて、イベントや行事も何年ぶりの開催と明るい話題に囲まれ始めま



有料老人ホーム
コスモスプラネット篠ノ井 施設長
小林 浩昭

昨年4月に介護付き有料老人ホームコスモスプラネット篠ノ井の施設長に就任させて頂きました。施設を任せただけける「責任や重圧」と「やりがい」を天秤にかけて今日もまた奮闘しております。早いもので年が変わり今年辰年です

した。春の明るい陽射しと共に、今年はどこに桜を見に出かけましょう。入居者さんたちはもちろんのこと一緒に出掛ける職員もとても楽しみにして外出計画をしましょう。今年こそ大きく開放的な1階のホールや会議室をうまく使つて、地域への参加や家族と共にできる行事を計画できると思ひます。私も定年となりますので、当施設も新年度からは、新しい施設長を迎えてリフレッシュ予定です。

ね。辰年は干支の中で唯一実在しない想像上の生き物ですが、もつとも縁起の良い干支と言われているようです。辰年の傾向としては、天高く昇る龍のように『運氣の上昇』や『景気が上向く』などがみられるそうです。
令和6年度は介護保険法の改正を始めとして様々な法改正が施行される年になります。施設運営を行っていく上では、コンプライアンスを遵守してやるべき事をしっかりと行い、誰からも『より良い施設になつたね』と言つていただけるよう取り組んでいきたいと思ひております。龍神さまの力にあやかり関係する各所の皆様が明るく健康に過ごされ、そして飛躍される1年になればと願ひております。ちなみに私は丑年です。



コスモス松川デイサービスセンター

定員 30名

保険外サービスにも柔軟に対応



管理者 棚田 淳史

松川デイサービスでは、午前、午後の半日利用、時間延長のほか、介護保険外サービスとして、買物同行、入浴、早朝受入、自費利用を行っており、軽度者から重度者まで幅広くご利用されています。また、個別ニーズに応えられるようレク、リハビリともに個別か集団か選択でき快適に過ごせるように支援しています。



コスモスさいなみ通所リハビリテーション

定員 40名

男性比率5割以上、個別リハに取り組みます



主任 青木 秀美

通所の事業所においては珍しく、男性の利用者様が定員の半数以上を占めているデイケアです。リハビリ希望の方が通われているため、理学療法士や作業療法士による専門的な個別リハビリテーションを中心に行いながら、集団体操や歩行訓練、手先のリハビリや余暇活動の充実のため、手芸や工作等の作品作りにも力を入れています。



シリーズ コスモス再発見

それぞれに特徴のある 11拠点のDSセンター

知っているようで知らないことの多い、グループ内の各施設紹介第2弾は「デイサービス」です。デイサービスは、食事や入浴など日常生活に必要な支援や生活機能訓練などを日帰りで提供しています。利用者の心身機能の維持向上と、利用者家族の介護負担の軽減を図ります。今回は、リハビリに特化し、身体機能の維持や回復を目指すデイケア(通所リハビリテーション)も合わせて紹介します。

コスモス長野デイサービスセンター

定員(1日型) 40名

口腔ケアを重視、肺炎入院を0件に



主任 宮島 慎

1日型と総合事業専用の半日型の事業所を運営しています。半日型は自立している方のみで運動が中心です。1日型は下肢筋力低下防止を目的に運動に力を入れるとともに、昨年からは口腔ケアの重要性に着目、口腔栄養スクリーニング加算を取得し、歯科衛生士との連携強化で年間20件弱あった肺炎での入院を0件に抑えることに成功しています。



コスモスプラネット篠ノ井デイサービスセンター

定員 25名

重度の方も安心、快適に入浴が楽しめる



主任 山上 重裕

篠ノ井デイはストレッチャーの特浴があり、安心して快適な入浴ができます。そして、いつも心穏やかに優しく、利用者様の心に届く介護を通して最高のサービスを提供します。やりたい運動やゲーム、昔懐かしい歌。一人一人の宝物と呼べる時間をご提供していきたいです。皆で楽しく過ごせる憩いの場所です。



ウエルフェアコスモスあもりデイサービスセンター

定員 30名

13種類と多彩な活動内容を準備



主任 北村 建二

1番の特徴は、午後の選択活動です。内容も多彩で13種類あり、その中から毎日3つの活動を提供、来所時に3つの中から選んでいただいています。そのほかにも行事は毎月必ず行っています。特に敬老会・クリスマス会には力を入れており他にはない手作りのプレゼントを利用者様一人一人にお渡ししています。



コスモスさいなみデイサービスセンター

定員 40名

創作活動で元気、まるでカルチャー教室



主任 笠井 美岐

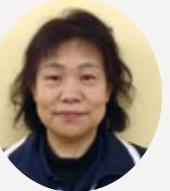
制作活動を得意としたカルチャー教室のようなデイサービスです。四季折々の作品のほか、生活に役立つものも制作します。工程を考えながら指先を動かすことは、機能訓練や認知症予防に繋がります。作る喜びや出来上がりの感動、仲間とのふれあいを、多くの方に届けたいと思います。



コスモス長野通所リハビリテーション

定員 40名

リハビリに職員の個性もいかして



主任 野沢 和江

要支援1から要介護5の方までを対象にリハビリとケアを多職種協働で行なっています。個々に向き合い対応していることは勿論ですが、職員の個性もい意味で豊かです。業務の忙しさに大汗をかきながらもご利用者と共に大笑いすることもしばしばの毎日です。厳しい介護現場ですが、楽しく充実して頑張っている職員一同です。





コスモプラネット稲里デイサービスセンター



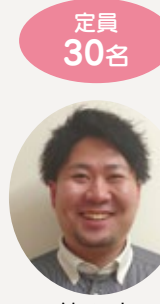
定員 20名
管理者 横矢 かおり

3つの在宅サービスを一体的に

サービス付き高齢者向け住宅を中心に運営するコスモプラネット稲里のデイサービスです。居宅介護支援事業所、訪問介護事業所も併設、ケアプラン、ホームヘルパー、そしてデイサービスの3つの在宅サービスで一体的できめ細やかな介護ができるように努めています。要支援から要介護2程度の方々により満足いただけるように活動しています。



コスモプラネットあもりデイサービスセンター



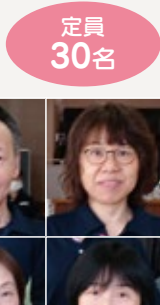
定員 30名
管理者 西澤 佑太

重度者の受け入れに注力

平成28年9月1日開業、定員30名で、医療重度者・認知症重度者の受け入れに力をいれてきました。今では幅広くそのことが知られたおり、他事業所で断られた医療重度の方や、呼吸器持参でのご利用者、胃ろう、気切患者など様々な方を受け入れ、主治医や訪問看護と連携をとりながら、在宅医療を支援しています。



信州新町デイサービスセンター



定員 30名
相談員 青柳 浜男 大平 和子
関口 朝子 宮尾真智子

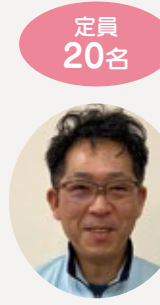
久米路荘のデイサービス

「信州新町はとて山深く広い」

利用者様はそんな所に住んでいます。一日を楽しく過ごしていただきながら、心に元気をチャージしてもらいたいと思っています。声を出すこと。沢山笑ってもらおうことを目指しています。「楽しかった！」と笑顔で帰られる姿を見て私たち職員は心に嬉しさチャージをしています。



コスモポールスター川中島デイサービスセンター



定員 20名
管理者 清滝 佳彦

生活支援型デイサービス

毎日営業しています。また、夜20時までのナイトサービスも実施しています。ホームヘルパーのようにデイサービス当日のお支度介助や、内服薬の管理、日々のお買い物支援（お買い物レク）などにも力を入れています。さらに朝食の提供や夕食の提供もおこない、新たな在宅支援の拠点となるよう活動をしています。

