

第68号

発行元

社会福祉法人 松楓会  
特別養護老人ホーム  
コスモホーム

〒197-0801

東京都あきる野市菅生

1159 番地

TEL 042-558-7010 (代)

FAX 042-558-5228

<http://www.cosmoshome.jp/>

# コスモニュース

Cosmos news

## 最近の出来事

副施設長 峯尾 ローズ

この冬、東京都内はもちろん、日本中がインフル

エンザやノロウイルスなどの感染症の猛威に襲われ  
ました。コスモホームでは感染予防を第一にと対策

を実施しつつ、ご家族様にもご面会自粛のご無理

をお願いし予防に力を入れてまいりました。おか

げさまで現在のところどなたも感染症にかかるこ

となくお元気に過ごされていらつしゃいます。漸く

若葉の色が日に日に濃くなり、感染症も峠を超

え、すがすがしい季節となりました。

ところで私事ではございますが、先日 路上

でパタリと転んでしまいました。どうやら、コンク

リートと敷石のつなぎ目に何ミリかの段差があつ

たようです。その後に、自分に起こった事を振り返

つてみますと、その時、段差がある事を全く意識

していませんでした。よって、なぜパタリと横たわつ

てしまったのか、自分の身に起こった事が理解でき

ず、とつさに少しも手が出ず、いきなりドンと

胸を打ってしまいました。幸い怪我はございま

せんでしたが、ちよつと恥ずかしくてシユンとし

てしまいました。

人は、段差を意識して、なお、つまづいた時に

は、「あつ」と予測して自分をかばおうと手が

出るのではないのでしょうか。「意識できない障

害物」「予測できない場面」にはなんと無防備

なんでしょう。いやいや、私の運動神経の問題

かもしれません。そんな出来事を思うに業務

にあたつてはさらに自身の意識を磨いて、きち

んと利用者様の安心できるお暮らしを見つめ

ていきたいと思えます。

最後に皆様のご健勝をお祈りいたします。

## ごあいさつ

## 杉崎 正子

若菜の緑がすがすがしく感じられる頃となりました。

コスモホームの皆様におかれましては大過なくおすごしの由何より喜ばしいことでございます。

さて、私は本年三月末をもって「和敬園」施設長を退任致しました。今日までの皆様の温かいご指導ご鞭撻に心より感謝申し上げます。

私は「松楓会」に勤務し本年で60年となりました。当時を振り返って見ますと、まだ世の中全体が貧しく国民は戦後の復興の為、一生懸命頑張っていた時代でした。

また戦争により親族や財産を失ってしまった高齢者や幼い子ども達が街にあふれていました。

そんな時代昭和32年、私は遠戚にあたる人より、当「松楓会」の話を聞き興味を持ち、又、初代理事長 馬場義幸氏にお目にかかり高齢者福祉に対する深い考えを知ると共に、その考えに共鳴し自分の使命を見出し今日に至りました。

高齢者問題は救済対策からスタートし昭和38年の老人福祉法により大きく変化いたしました。当会も養護老人ホーム「松楓園」を始め、特別養護老人ホーム「和敬園」、昭和58年に同じく「コスモホーム」及び「各種在宅事業」を併設し進展してまいりましたが、本年は「国」において「社会福祉法人制度の改正」の年となりました。

改正の背景には平成12年の「社会福祉基礎構造改革」以来の社会情勢、地域社会の変化があげられています。法人「松楓会」といたしましては、これらの実情や課題に対し丁寧に取り組み、ご利用下さるご利用者・ご家族の皆様及び地域社会の為に役職員一同、一層の努力と貢献をしてまいりたいと存じますので何卒宜しくご支援ご協力賜りまようお願い申し上げます。

(H 29・4・28 草稿)

## 平成29年度 コスモホーム 事業計画

- ・介護老人福祉施設（入所生活）－100名定員
- ・短期入所生活介護事業（ショートステイ）（併設8ベッド、空き10ベッド）
- ・地域密着型通所介護事業（デイサービス）（1日10名定員）

### 基本理念

“契約施設として、『人が人であり続けられる為のサービスとは何か』に  
視点を置いて、ご家族と一体となり近代的な選ばれる施設作りを目指します。”

コスモホームはこの、基本理念を基に、ご入園・短期入所生活（ショートステイ）・通所介護（デイサービス）全てのお客様に喜んでご利用いただけるように、明るくそして、利用者様に尊敬の念を持った礼儀正しい職員の養成に努め、常にリスクを予測した危機管理体制のもと、安全で安心できる質の高いトータルケアサービスを提供していく事を誓います。

“平成29年度 重点目標” のひとつをご紹介します。

#### （1）基本5原則の徹底

- 1) “笑顔と挨拶” の実践とマナーの徹底  
（笑顔・明るい挨拶・福祉施設職員らしい適切な言葉使い・清潔な身だしなみ）
- 2) 基本業務の徹底（基本に立ち返る、基本を継続する）
- 3) 報告・連絡・相談の徹底（情報の共有と連携）
- 4) リスク管理の徹底  
（お客様の体調やお気持ちの変化に対する気付き、生活環境に対する予測）
- 5) コンプライアンス（法令遵守）の徹底（個人情報保護、介護保険法もとの介護）

私達は、福祉施設にふさわしい振る舞い、「笑顔」と「挨拶」の実践を重んじて、暖かい施設環境作りを目指します。そのために、いろいろな形で日々学び、プロとしての自信を身に付け、チームワークや連携をもってお客様に接する事ができるよう、組織的に取り組みます。

そして、全てのコスモホームのお客様には、日々の生活が楽しい場所となるよう、年間を通じて四季折々の各種行事やさまざまなレクリエーションを開催し、時にはご家族様をご招待しての行事や地域の方々との交流を通じて、生き生きとした生活の場作りを実践してまいります。

また、コスモホームをご利用のお客様及び、地域の方々に安心してご利用いただける施設となりうるよう、安全管理・非常災害及び防犯対策に力を注いでまいります。

また、近隣にお住まいのご高齢の方やその方の介護をなさっておられるご家族様が、施設サービスをお求めの際には、できるだけ即応的に対応させていただきます。

お客様から寄せられる、ご意見やご相談、または苦情等に迅速に対応し、お客様やそのご家族様の疑問や不安等の解消のため、誠意を持って対処いたします。

# 行事紹介

1月



神社から頂いた  
甘酒で乾杯～！

初詣

新春  
お楽しみ会



お正月といえ  
ばかるただね～！



2月



節分



あ痛たたた～！  
降参します！



3月

綺麗でしょ！  
私達 お内裏様とお雛様！

桃の節句



## ～ 通所介護 ～

### タイムスケジュール

- 9:30 お迎え
- 10:00 コスモホーム到着  
軽体操・入浴  
趣味活動など
- 12:30 昼食
- 13:30 静養
- 15:00 おやつ  
趣味活動
- 16:00 カラオケ
- 17:10 コスモホーム出発  
ご自宅へ

南側から射し込む軟らかい陽射しは、冬でも暖房の必要がないほど暖かく、ご利用者の皆様を包み込みます。いつも室内からは笑顔と笑い声で溢れています。入浴やカラオケ、昼食外出などは皆様の楽しみの1つ。定員10名という少人数で過ごす時間は1人1人の個性が生きる場所となっています。心身共にリフレッシュに来ませんか。



お気軽にご連絡下さい。皆様からの声をお聞かせ下さい。お待ちしております。

松楓会あきる野指定地域密着型通所介護事業所

サービス提供時間 10:00～17:10

TEL 042-558-7010(代)

担当 相談員 中野

## コスモ・ゴールデンクラブ♪♪

毎週火曜日  
書道・カラオケ・手芸  
毎月第1火曜日  
麻雀  
毎月第3金曜日  
囲碁

コスモ・ゴールデンクラブでは、地域で生活されている皆さんに施設を開放して、バス送迎で様々な活動にご参加頂いています。

書道・カラオケ・手芸・麻雀・囲碁。活動だけでなく皆さんと会話するだけでも楽しいと思います。定期的に開催される日帰り旅行も顔なじみの方達との思い出作りとあってご好評を頂いています。毎週火曜日を生活の中での楽しみの1つにしませんか。ご関心のある方は事務局までご連絡下さい。



日帰り旅行



囲碁大会



書道活動

TEL 042-558-7010(代)

担当 峯尾・中野

# 転倒による骨折を防ぐ リハビリ体操①

〔中臀筋(股関節を安定させる筋肉)を鍛える体操〕

高齢者の4大骨折は手首、上腕、背骨、大腿骨と言われていますがその原因の多くは転倒によるものです。

転倒予防の秘訣はバランス能力と下肢筋力ですが今回は転倒を防ぐための3つの体操を紹介いたします。



歩行の際、人は片足で立つという状態を繰り返しながら前に進んでいます。片足で立った時に体が傾かないように姿勢を保つのが中臀筋と言われる筋肉です。この筋肉が弱くなると片足で立ち続けることが出来ません。

## 体操の方法

- ①椅子に手をついて転ばない様に片足で立ちます。
- ②左右の片足で60秒程度立ちます。余裕で立てるようであればバランス訓練として椅子にあまり頼らないで片足で立ってみましょう(転倒しないように十分注意しましょう)。

## 感染予防へのご理解・ご協力 ありがとうございます

今年に入りインフルエンザが東京都全域に蔓延し警報も発令されました。感染蔓延防止のため、皆様には長期間にわたり面会をお控え頂きましてありがとうございます。おかげさまで施設内での発症も無くホッとしております。これも偏に皆様方のご協力の賜物とこの場をお借りしてお礼申し上げます。今後ともご協力を依頼する状況が発生するかとありますが、よろしくお願い致します。



## ボランティアさん 募集中です!

ボランティアに興味をお持ちの方・体験されてみたい方、どうぞお気軽にお申し出ください。活動曜日や時間帯についてもご相談ください。

### 《活動内容》

日常/シーツ交換・つくろい・傾聴・介助など  
余暇/行事のお手伝い・得意なことを教えて  
下さる方

☆あきる野市介護支援ポイント制度受入施設です

連絡先 電話 042-558-7010(代)  
担当 峯尾

## 編集後記

早いもので桜の季節から清々しい新緑の季節へと移り変わってきました。新しいシーズンの始まりです。

今年度も、ご利用者様が笑顔で楽しく過ごして頂けるように、コスモホーム職員一同、頑張ります。

編集委員一同