

左が行く

介護施設探訪
明日から実践したい
気づきと学びが
ここにある。

第4回 社会福祉法人いきいき倶楽部(コスモグループ) 地域密着型総合介護施設 コスモ・アンシア 地域密着型ならではの取り組みで 高齢者の健康づくりを 楽しく行う施設

第4回は山梨県甲府市を訪れました。前回の介護甲子園でベスト30に選ばれた「コスモ・アンシア」では、やすらげる居心地の良い空間を目指し、地域密着の良さを生かして様々な取り組みを行っています。今回は山梨県にある施設を訪れ、施設長の長田 和隆さんと幹部スタッフの皆さん、及び外部音楽顧問の堀内 公一先生にお話を伺いました。(文中敬称略)

地域密着型施設のあるべき姿とはなにか

山梨県甲府市は、山梨県の中西部に位置する県庁所在地であり、特定市でもあります。

そんな甲府市の中心部に程近い、相生地区にある地域密着型総合介護施設「コスモ・アンシア」は、平成22年度の甲府市の公募事業である「地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護」29床や、「認知症対応型通所介護」、「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」などの地域密着型サービスを中心に、同一建物内で11もの事業を展開し、地域福祉の拠点と

して、地域に根ざした運営を行う事を目的に設立され、現在多くの高齢者の第二の家として稼働しています。

デイサービスも併設されているコスモ・アンシアでは、地域の高齢者の方が気軽に出入りできる環境を重視し、介護施設を身近に感じて頂くことで事業所に通うことへの抵抗心を無くせるような様々な取り組みを行っています。

その取り組みの二環として、デイサービスでは隔週で、また特別養護老人ホームとシヨートステイでは毎月1回のペースで行われている音楽レクリエーションは、脳の活性化に繋がることはもちろんのこと、認知症

予防にも効果が期待でき、高齢者からも人気なリハビリです。今回は、高齢者とともにその音楽リハビリに取り組んでいる施設長の長田和隆さんを始めとしたコスモ・アンシア幹部スタッフの皆さんと、長年「むちゃくちゃ楽しい音楽広場」を通して法人内全施設に「大きな蝶ネクタイの音楽の先生」として親しまれ、コスモ・アンシア開所当初から外部音楽顧問として施設運営に参画されている堀内公一先生の想いを調査してきました。

左 音楽レクリエーションではどういった取り組みを行っているのですか？

小林 コスモ・アンシアでは音楽レクリエーションを「うたこえ広場」と呼んでおり、声の出し方を養う「音楽ボイストレーニング」、リズム感を養う「音楽リズムトレーニング」、心と体を軽やかにする「音楽リズム運動トレーニング」、元氣100倍に「歌を思い切り楽しく唄う」、感性を養う「童謡・唱歌・抒情歌を唄う」の5本柱が、現在コスモ・アンシアで行う音楽リハビリのカリキュラムとなっています。

左 高齢者の反応はいかがですか？

小林 コスモ・アンシアでは音楽レクリエーションを「うたこえ広場」と呼んでおり、声の出し方を養う「音楽ボイストレーニング」、リズム感を養う「音楽リズムトレーニング」、心と体を軽やかにする「音楽リズム運動トレーニング」、元氣100倍に「歌を思い切り楽しく唄う」、感性を養う「童謡・唱歌・抒情歌を唄う」の5本柱が、現在コスモ・アンシアで行う音楽リハビリのカリキュラムとなっています。

左 堀内先生は、もともと音楽とどういった関わりがあったのですか？

て頂いたのですが、その演奏を最後まで聞いていたのは私だけでした。認知症を抱える高齢者の方々も最初は喜んでいますが、集中力が続かず、1曲聞いただけで満足してしまつたのです。私はその状況で引き付けて楽しんでもらえないのかを考え始めました。それがコスモグループとの関係の始まりでしたね。考えに考えた結果、私が導き出した答えは、「全員に参加していただく

こと」でした。それからコスモグループのスタッフの皆さんとともに研究を重ね、昨年の介護甲子園(のエントリーをきっかけに「オリジナル音楽リハビリ」として体系的に作り上げようという発想に至りました。

地域との繋がりをつくり、コスモ・アンシアの存在を確立させる

左 音楽リハビリ以外にも、地域との関わりを深める活動をしていらっしゃるようですが、どういったことをされているのですか？

長田 4ヶ月に一度、ご家族様・地元自治会様・協力農家様・ボランティアの皆様にご協力いただき、「アンシア街の駅」という朝市を開催しています。地域との触れ合いの場を作り、当施設内の地域交流スペースに地域の皆様をお招きし、うたこえ音楽広場等のプログラムに参加していただいたり、春・秋の文珠稲荷神社の例大祭に合わせて野菜を仕入れて近所の方に販売したりして地域と

の連携を深めております。地域密着型の施設としての役割を果たすため、ボランティアではなく仕事の二環としてシフトに組み入れて職員に参加いただいています。参加しているスタッフの一生懸命な姿を地域の方も見てくださり「地域の施設の中でも、アンシアは意識が違うね」とのお言葉もいただき、職員には感謝しています。

これまでの経験とこれからの取り組み

左 昨年介護甲子園でベスト30に選ばれましたが、スタッフ様たちの意識に変化はありましたか？

長田 私たちの事業所は5年目で、発展途上ということ、新しいことにチャレンジする段階であるということ、介護甲子園を通してより現実に理解してくれたいと思います。

左 今回エントリーするのであれば、何を目標にしますか？

長田 私たちの取り組みをご利用の皆様にご家族様にキッチン



▲左から佐藤さん、長田さん、左理事長、小林さん、武井さん



▲音楽リハビリを行う堀内先生(右手前)



▲アンシア街の駅の様子



▶山梨県甲府市 地域密着型総合介護施設 コスモ・アンシア

山梨県甲府市相生 3-3-14 TEL: 055-221-8000
http://www.ikiki-cosumo.info/