

# 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。

## 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。

**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。

とで評判を呼び、「これが楽しみで通っている」と皆様喜んでくださるようになりました。それが何より嬉しいですね。気難しいと言われている方も、ここにいらしたらとても楽しそうに取り組んでくださり、「生きていてよかった」とまで言っていたかったです。

**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？

**堀内** 私は、実は本職はピアノストなのです。あるときコスモグループの理事長とご縁で、本部施設に音楽の顧問に何うことになりました。初めてのことだったので何う前に別の音楽家の顧問演奏会を見せ

**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？

**佐藤** 音楽リハビリもホスピタリティの二環ではありますが、地域の方を巻き込んで行うことと伝えること、満足していただくことがやはり第一の目標となります。発表内容は、取り組んでいる内容ももちろんですが、自分たちがこうしたい、こうなりたいという想いや目標でもありますが、発表したことにより現場の質を、利用者様にしつかりと還元出来たらと思っています。また、介護甲子園は他の事業所様の素晴らしい取り組みについて、これからの経緯や、苦労された点、今後の課題など全て知ることが出来るので、「気づき」「学び」を吸収することが出来る場として、今後もこの機会を大切にしていきたいと思っています。

**左** 是非、今年もエントリーをお待ちしております。本日はありがとうございます。

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。

**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的に理解してくれたいと思います。

**左** 今回の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へ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

地域との関わりを深める活動をしていってほしいというのですが、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

**左** 昨今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？

**左** 是非、今年もエントリーをお待ちしております。本日はありがとうございます。



▲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/

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)