



# コスモス長野 通所リハビリテーション



# COSMOS



医療法人コスモス

介護老人保健施設コスモス長野通所リハビリテーション（デイケア）

所在地〒381-2212 長野市小島田町380番地

電話 （通所担当直通 026-285-7750）（代表 026-285-2654）

FAX （代表 026-285-2732）

体験ご利用随時受付中！  
お気軽にご相談下さい！

自分らしく心豊かに生きる

# 自分らしく元気で、心豊かに充実した生活を送ることを目指して



老いや病気等の障害により体が思うように動かなくなり、家での生活が困難になってくることもあるでしょう。それでも住み慣れた家での生活を続けたい…家族と共に生活したい…と誰もが思うはずです。

私たちはその思いや願いがかなうよう、今ある機能を充分活かして日々の生活が送れるよう支援します。

## ● 退院するけれど これからどうしよう…

デイケアに通ってみませんか!  
食事、排泄、入浴、移動等の心配事を一緒に考え  
解決ていきましょう。

## ● 体力に自信がないし なんとなく調子が悪い…

デイケアには、医師、看護師がいます。  
気になることがありましたら、何でもお気軽にご相談下さい。



## ● 食事の時 むせてしまう…

お茶にはトロミを加えてみましょうか。  
スプーンを使ったり滑らないお皿はどうでしょう。  
お口の中の状態は大丈夫でしょうか。  
管理栄養士や歯科衛生士も加わり、美味しく、安心して食べられるように工夫していきます。



## 自分に合ったリハビリ



立位・バランス訓練  
筋力強化訓練  
歩行訓練 他



## 認知症予防の取り組み



脳の活性化トレーニング  
趣味を活かした活動  
グループ活動 他



## ● 家でのお風呂は 怖くて…

手すりの付いた大浴場があります。湯船への出入り等も腰掛けながら行えます。



ご安心下さい!  
座ったまま、移動しなくとも  
湯船に入ることも出来ます。



## ● トイレが一人では心配 失敗も時々…

立ったり座ったりが大変でトイレに移動しにくいという方、  
オムツや、紙パンツが必要な方等、個人に合った方法を提案し、より快適な方向へ導きます。



## ● 家に閉じこもってばかり…

同年代の方とおしゃべりや体操等を行います。またときには、時節の行事に参加したり、ボランティアさんと一緒に楽しいひとときを過ごします。  
必ず新しい発見があるはずです。



## ● 散歩したいけど 一人では自信がない…

杖、シルバーカー、歩行器などを、上手に使って歩くことが出来ます。  
それには、体操、運動等で足腰を鍛えて、筋力をつける事が必要です。

## ご自宅へ訪問 致します!

理学療法士・作業療法士が自宅を訪問し、日常生活の中で出来るリハビリや、ご家族の方への介助方法のアドバイスをします。  
また、手すり、ベッド、ポータブルトイレ等の安全で有効な設置場所もアドバイスします。





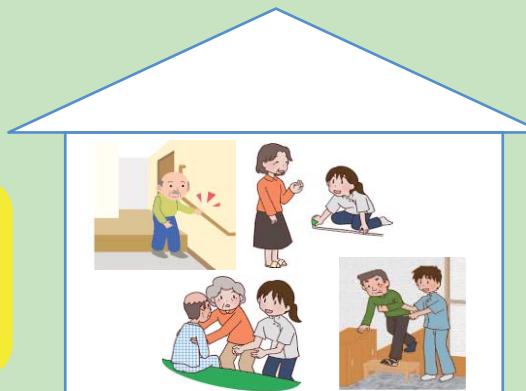
# コスモス長野通所リハビリテーション（ディケア）

問い合わせ：026-285-7750

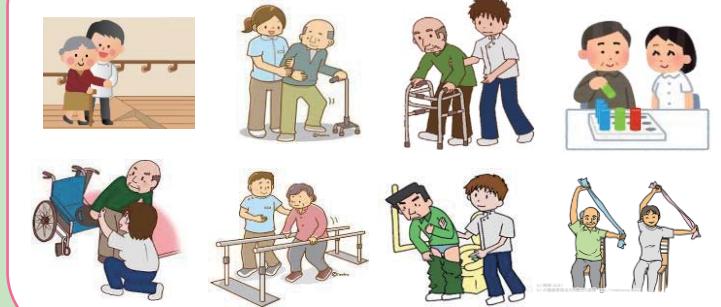
主任：野沢 相談員：建部・小池 リハビリ：柴澤・森谷

家屋訪問をし、それぞれの生活にあわせたりハビリの計画をします。

例えば…移る動作（車いす、トイレ）が大変  
ディケアでの立ち上がり練習や動作練習を実施し、自宅での介助方法指導や用具等の提案をします。



## コスモス長野 通所リハビリテーション (ディケア)



在宅での生活が安心して送れるように、また以前行なっていた活動や地域活動への参加、ディサービスの利用へとつながるように、リハビリを実施します。



### 地域活動など



### ディサービス



利用者1人1人のために  
より細かな評価と生活にあわせたりハビリを提供します

# 一日の過ごし方



## 【基本方針】

①お年寄りの人権を尊重し、お年寄りの立場に立った利用者本位のケアサービスに努め、  
豊かな老後を目指します。

②施設と家庭と地域の結びつきを大切にします。

③保健と福祉と医療を一体化した運営をいたします。

近隣施設である診療所、包括支援センター、訪問看護ステーション、ヘルパーステーション、  
及びグループホームとの連携を深め、総合的なケアサービスを提供いたします。

## 【プライバシーの保護について】

個人情報保護法を遵守し、プライバシーの保護を致します。