

老人保健施設

# みづうみ



## 【老健施設の在宅支援機能】

病院での治療を終えた、自宅で療養している

▶ 長期入所サービス

自宅で生活している、一時的に在宅生活が困難になった

▶ 短期入所療養介護（ショートステイ）

1日の生活リズムを整え、心身とも健康を保ちたい

▶ 通所リハビリテーション…長時間デイケア

最近、足腰が弱くなってきた、今の身体機能を維持したい

▶ 通所リハビリテーション…短時間デイケア

施設に通えない、自宅内でリハビリを行う必要がある

▶ 訪問リハビリテーション

## 【併設事業所・施設】

訪問看護ステーションふじみ・サテライトみづうみ

みづうみ診療所 内科・外科・整形外科ほか

ケアネットセンターすわこ（居宅介護支援事業所・訪問介護事業所）



▲介護用ベッドとクローゼット、洗面台を完備（トイレは別室）し、プライバシーを保てる全個室ユニットの居室。



▶各ユニット西側の居室からは、四季折々の諏訪湖が一望できます。

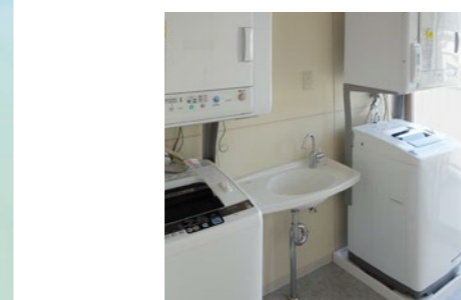
◀自立支援浴槽と特殊機械浴槽を備えた浴室、一般浴室（左下）のどちらからでも諏訪湖が眺望でき、入浴も快適に。



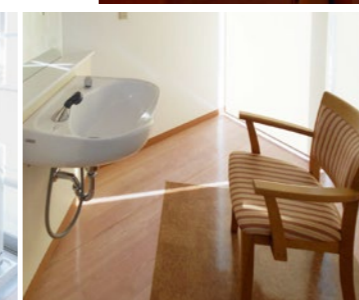
▶ユニットの採光窓に面した共同生活スペースは、他の入所者と食事や会話などを楽しむ多用途リビング。



▲朝陽に照らされる談話室が2・3階に設置されており、景観も抜群。  
▶ご家族と団らんのひとときを、喫茶コーナー「Cafe みづうみ」で…



▲ランドリーコーナーがあり、自分で洗濯される方は自由に使用できます。



▲理美容コーナーを3階談話室に併設し、長期入所の方は予約で散髪していただけます。



諏訪湖や八ヶ岳を眺望し、  
観光施設に囲まれた風光明媚な環境  
プライベート空間を確保した  
「個室ユニット」  
陽当たりのいい



▲さざなみ新鮮市・さざなみ味工房、SUWA ガラスの里が西側ユニットの目前にあり、高台に諏訪湖サービスエリアを望みます。



▲各ユニット東側の居室から見える八ヶ岳の荘厳な山並の景色。

▶デイケアの機能訓練室に通じる廊下に掲げられているのは、当地に縁のあるアラギ派の代表的歌人・島木赤彦の短歌、諏訪湖畔の澄み渡る空気を感じながら、「みづうみの氷は解けてなお寒し三日月の影波に映るふ」と詠んでいます。「みづうみ」を「つ」としてあるのは、「みつ（満）る」の語源に由来したものです。



【基本理念】

あなたを、家族を、そして地域を支えるために…

「支援が必要なすべての人が、住み慣れた地域で、その人らしく、家族とともに生活できることをとても大切に考えています」

【私たちがめざすもの】

- 一人ひとりの動作を待てる介護
- 一人ひとりの言葉の深さを考える介護
- 一人ひとりの暮らしを支える介護

老健は各職種が専門性を発揮しながら、医療や保健、介護など職種の垣根を越え、チームとして利用者にサービスを提供します。これを「多職種協働」といい、利用者を中心に円で囲むように体制をつくる「ドーナツ型\*」のイメージです。

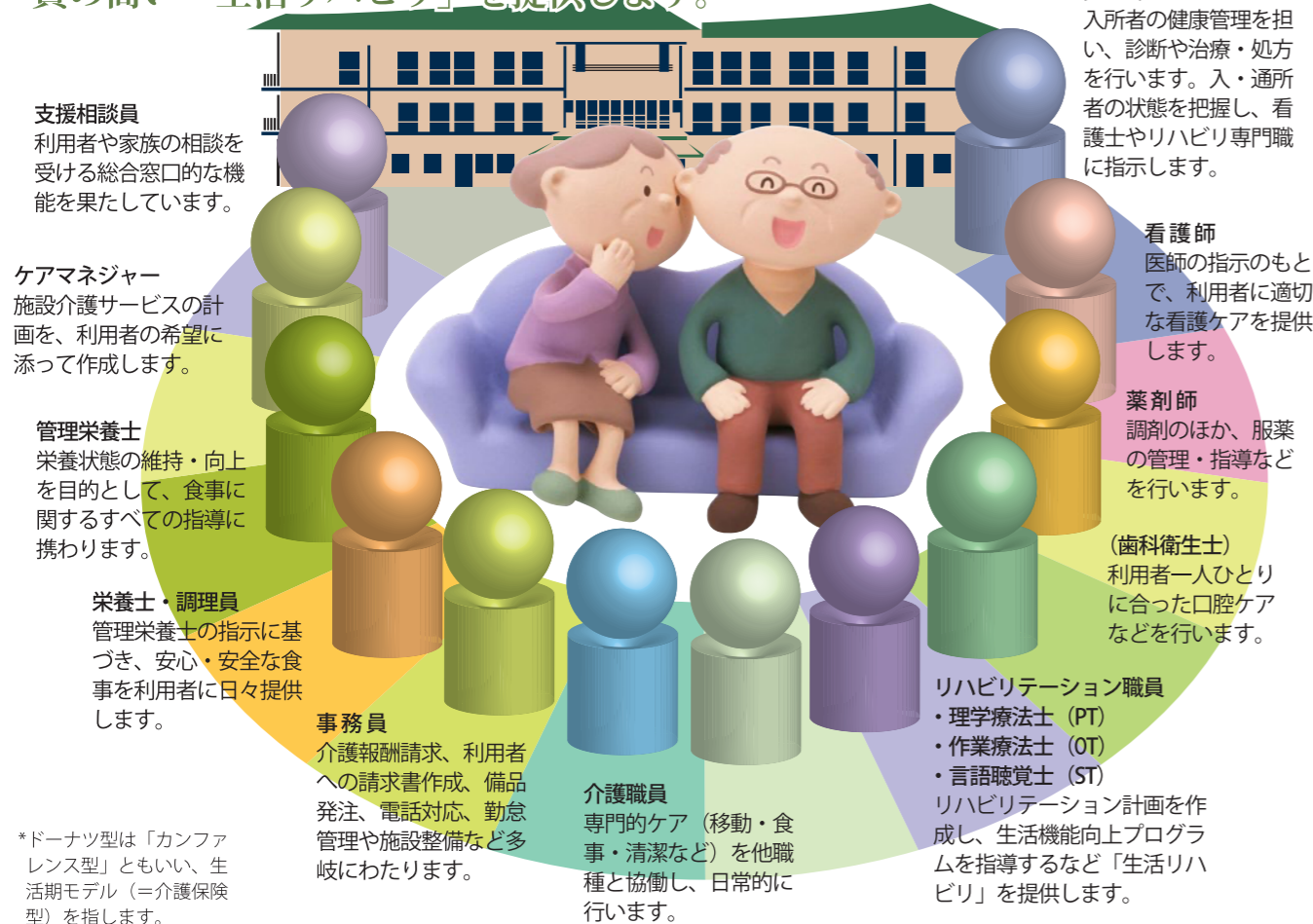
**人生を取り戻すための「生活リハビリ」**

リハビリテーションは機能を回復させるための訓練と考えられがちですが、実はもっと広く深い意味があることを、ご存知でしょうか？ リハビリテーションはラテン語の「rehabilitate」という単語が由来となっており、これは…

re (再び) + habilis (ふさわしい) + ation (～にすること) = 人間としてふさわしい状態に機能を再生する

つまり、単なる機能回復や訓練ではなく、自分らしい生活や人生を取り戻すことが重要で、そのために行われる活動をリハビリテーションといいます。

利用者に関わる専門スタッフがチームケアで、質の高い「生活リハビリ」を提供します。



\*ドーナツ型は「カンファレンス型」ともい、生活期モデル (= 介護保険型) を指します。

一人ひとりの心身に合わせたケアを実践し、諏訪湖周における在宅介護支援の拠点に…

富士見高原医療福祉センターの基幹病院である富士見高原病院は「遠くの親戚より近くの高原病院」をモットーに、地域の皆様が安心して生活できる環境づくりに貢献しています。

老人保健施設みづうみは平成24年の開設以来、諏訪湖周における在宅ケア支援の拠点となるよう、利用者のニーズにきめ細かく応え、快適な日常生活につながる在宅復帰をめざしてきました。病気や障害をもっている、多くの方は「ゆりかごから看取り」まで住み慣れた地域で暮らすことを希望されます。当施設は全個室ユニットケアでプライバシーに配慮し、一人ひとりの心身に合わせたケアを実践しています。また、ご家族の負担を軽減し、在宅介護の継続を図ることも老健施設の務めであり、これは「在宅強化型老健」だからできる地域への貢献にほかなりません。

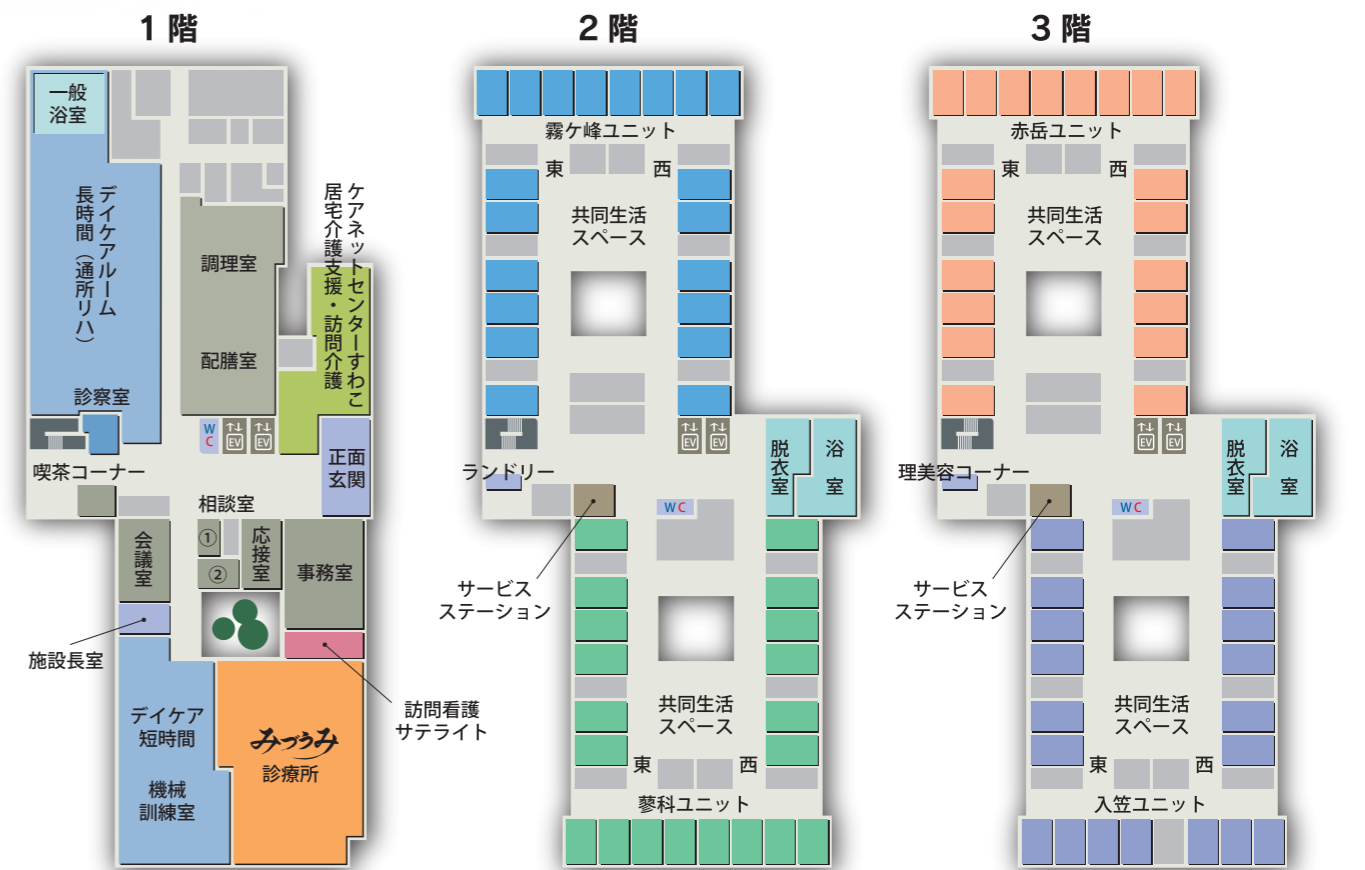
これからも医療と連携しながら、在宅支援に重点を置き、リハビリテーションを中心に、各役割をもった専門スタッフの力を結集したチームケアを提供します。

富士見高原医療福祉センター 諏訪事業部長  
老人保健施設みづうみ 施設長 **井上 憲昭**  
(富士見高原病院 名誉院長)



●老人保健施設みづうみの環境・施設のご案内

目の前に諏訪湖がひろがり、明るく開放的で陽当たりのいい施設（右ページに写真）です。周囲にSUWA ガラスの里、JA 虹のホール諏訪湖があり、さざなみ新鮮市、さざなみ味工房では諏訪地域の農産直売品や加工食品が購入できます。また、冬期には「観光いちご園」が開園し、初夏までご家族連れでにぎわいます。



【構造】鉄筋コンクリート造・一部鉄骨造4階建て（4階は冷暖房・排煙ファンの空調、電気設備などの制御室）  
【面積】敷地面積：4,824.99㎡ 建築面積：2,099.11㎡ 延床面積：4,999.84㎡

通所

充実した在宅生活の維持をめざし、  
専門のリハビリ器具でトレーニング

1日の主なスケジュール

**朝のお迎え**  
9:00  
車イスのまま乗ることが  
できるリフトカーなどで、  
自宅へお迎えにあがります。

長時間  
デイケア



▲平行棒、干渉波治療器、セラバイタル（椅子こぎ自転車）などの器具を使ってリハビリ。



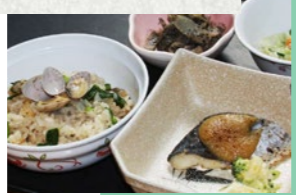
**入浴**  
10:00  
安全に配慮した大浴場で、  
快適な入浴をお楽しみください。



**午前の活動**  
11:00  
その日のニュースや  
新聞の話題で場を盛り  
上げ、体操で心身の調  
子を整えましょう。



**昼食**  
12:00  
旬の食材を利用し、  
季節を感じる食事を  
提供します。



**午後の活動**  
13:00  
脳年齢が若返る効果に  
期待して脳トレ。

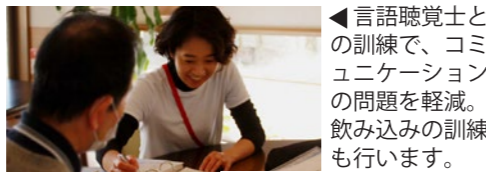


**おやつ**  
15:00  
こだわりの手づくりおやつ  
は、大好評！

**帰宅**  
16:00  
1日、お疲れさまでした。

**長時間デイケア**  
1日の生活リズムを整え、  
心身とも健康を保ちたい  
専門スタッフがリハビリを  
中心に、朝から夕方まで日帰  
りのサービスを提供し、在宅  
での生活を支援します。

**短時間デイケア**  
足腰が弱くなってきた  
身体機能を維持したい  
午前・午後のグループに分  
かれて、リハビリを中心に活  
動を行います。  
※入浴と食事はありません。



▶それぞれの身体状況に合わせ、課題克服に向けて無理のないメニューを設定。

訪問

自宅でリラクセスして、  
老健のリハビリを受けることができる

普段と変わらない環境で  
落ち着いて安心して

通所が困難な方や見ず知らずの方々との接触が苦手な方など、在宅でリハビリを行うことでリラクセスでき、しかも実際の生活環境に添った訓練が可能です。  
リハビリ専門職が自宅を訪問し、リハビリを受ける方の病状を観察しながら、その状態を見極めます。そして、自立支援に向けて日常生活に必要な動作の練習から、自宅で



▲ベッドから車イスへの移乗訓練

できる運動の指導、身体機能の維持・向上に関する助言や環境整備の提案、さらに介護にあたっての家族に介助方法の指導なども行います。

訪問看護（ステーションふじみ）  
サテライト みづうみ  
No.2062390022  
TEL 0266-54-2118 Fax: 57-3030



健康寿命の延伸、予防医療など...  
さまざまな視点から  
自宅で療養されている方が、  
安心して毎日を過ごせるよう、  
私たちが在宅看護師と  
在宅リハビリテーションの  
専門スタッフがお手伝いします。

入所

日常的に必要な医療を提供し、  
利用者に合わせた個別リハビリ

長期入所

病院での治療を終えた...

病院から在宅生活に戻るために必要なリハビリや日常生活動作の訓練を行い、身体機能の回復を図ります。  
**自宅で療養している...**  
まとまった期間の入所を利用し、生活機能の低下を改善するため、個別リハビリを行います。  
また、介護者が繁忙な時期を通して、利用者・ご家族が安心して在宅生活ができるよう

うバックアップします。

看取りも在宅支援の一環

長年、入所利用で在宅生活をサポートしていても、いずれは衰弱して看取りが必要となります。老健では利用者やご家族の希望により、人生の最終段階まで支援します。

短期入所（ショートステイ）  
在宅での生活が、  
一時的に困難になった...

生活機能の低下を迅速に改善したい、または介護者の病



療養士が一人ひとりに合わせたプログラムを設定し、専門職のアセスメントに基づいたケアと一体的に生活リハビリが提供されます。

1日の主なスケジュール

**朝食**  
8:30  
炊きたてのご飯と温かい味噌汁の香りで、毎日が始まります。



長期入所  
短期入所

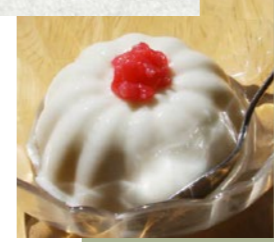
**入浴**  
10:00  
それぞれの身体状態に添った方法で、気持ちのいい入浴を。

**ティータイム**  
入浴の前、または後にコーヒー、紅茶、こぶ茶など各自のお好みで。

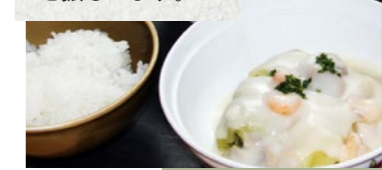
**昼食**  
12:00  
管理栄養士の献立で、3食すべて手づくり！



**おやつ**  
15:00  
手づくりデザートは、バリエーションも豊富



**夕食**  
18:00  
地元のおいしい農産物を利用し、調理員が腕を振ります。



**就寝**  
20:00  
今日の疲れを癒すよう...ど  
うぞ、ゆっくりお休みなさい。

一般の方も受診できます

みづうみ 診療所

内科 / 神経内科 / 外科 / 泌尿器科 / 整形外科

慢性疾患を抱えることの多い高齢者の診察を支えるため、内科のほか曜日ごとに神経内科、外科、泌尿器科、整形外科の診療を行っています。

※老健みづうみの入所などに関する医療相談は、予約制です。

診療時間  
8:30~11:30



待合室

TEL 0266-54-2112 FAX 54-2160



# みづうみ名物



駐車場に土俵を特設



第4回みづうみ祭（平成27年）の千秋楽  
結びの一番は前年覇者の横綱戦



第7回みづうみ祭の力士たち



諏訪湖マラソンのランナーを、  
応援する利用者の皆さん



月よりの使者



昨年来のコロナ禍で、恒例となつている行事がままならない状況ですが、老健みづうみでは毎年、大勢の職員が工夫を凝らしたイベントを開催しており、そこには利用者の皆さんの素敵な笑顔があふれています。

近年、個人情報保護法における肖像権の問題から顔写真の掲載が難しいので、職員の一所懸命で楽しそうな雰囲気を見て、各祭事の様子を想像していただければ幸いです。



踊り連



曳航終了



第5回みづうみ祭は、御柱

平成28年  
御柱祭



ロビーで綱打ち



祝詞



木遣りとラッパ隊



記念撮影で利用者の笑顔を引き出そうと  
盛り上げる井上施設長と訪問看護師



射的のほか、ビニール水槽を使った  
ヨーヨー釣りやボーリングも実施。



平成24年の第1回みづうみ祭



平成27年の第4回みづうみ祭に登場した  
健康ヒーロー戦隊「みづうみマン」

【併設事業所】

**ケアネットセンターすわこ**  
〒392-0016 諏訪市豊田2400番地9

居宅介護支援事業所 (No.2070600982)  
TEL: 0266-57-5089 Fax: 57-5102  
訪問介護事業所 (No.2070600990)  
TEL: 0266-57-5086 Fax: 57-5102



岡谷市、諏訪市、下諏訪町をエリアとしています。利用者が自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、最適なケアプランの提示を心がけています。利用者・家族の経験や想いを尊重しつつ、「一人ひとりの気持ちを大切に、こまやかな気配り」で身体介助や生活支援を行います。

【諏訪事業部の他施設】

**ケアネットセンター茅野**  
〒391-0016 茅野市仲町17番33号

居宅介護支援事業所 (No.2071401042)  
TEL: 0266-82-5670 Fax: 85-5671  
訪問介護事業所 (No.2071401059)  
TEL: 0266-82-6770 Fax: 85-5671

市街地だけでなく、別荘地など生活様式が異なる利用者への対応から、その環境や心身の状況などを把握し、自立支援に資するサービスの検討を重ねています。白樺湖から蓼科ビレッジ、三井の森など広いエリアに対応する訪問ヘルパーの稼働拠点として、茅野市北部保健福祉センター内にサテライト出張所を設置しています。



けいすいの名称は、「溪谷のせせらぎ」をイメージしたもの。アララギ派の歌人、斎藤茂吉が蓼科を訪れた際に詠んだ「山深く入りつつ来れば 谿水とわきいづる湯と共に流れぬ」にちなんでいます。スタッフは「心で見つめ、心で語り、心で接し、心を結ぶ」のモットーで日々、利用者に対応。帰宅時には「今日も一日、ありがとさまえ」と皆が挨拶を交わします。

**デイサービス けいすい 谿水-**  
〒391-0301 茅野市北山4808-1番地

通所介護事業所 (No.2071401075)  
TEL: 0266-78-2322 Fax: 78-2366

\*訪問介護サテライト事業所  
TEL: 0266-77-3400

※上記3施設は、令和2年4月1日にJA信州諏訪より事業移管しました。



JA長野厚生連 富士見高原医療福祉センター 諏訪事業部

- 老人保健施設みづうみ No.2050680046
- 開設 平成24年(2012年)4月1日
- 所在地 〒392-0016 諏訪市豊田2400番地9  
TEL 0266-24-2111 FAX 57-3030  
E-mail: miduumi@fujimihp.com
- 施設の見学、入所希望など支援相談員が承ります。

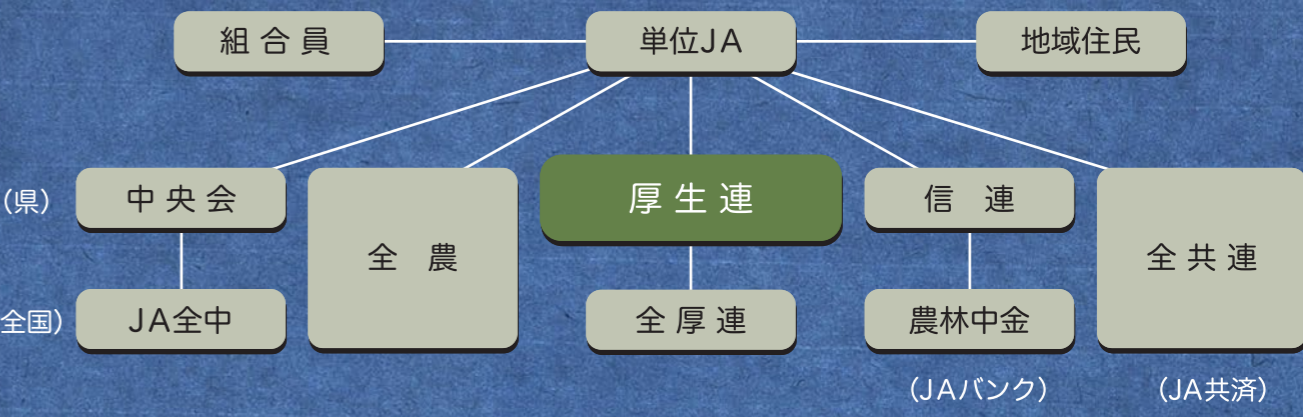
- 定員 入所(ショートステイを含む)79名…居室数80床  
通所リハビリテーション(長時間デイケア)40名  
通所リハビリテーション(短時間デイケア)午前・午後とも15名



- アクセス
- ❖ 中央自動車道 諏訪 IC より 10分 (7.0 km)
- ❖ J R 中央線・上諏訪駅 下車  
①車・タクシーで約6分 (4.5 km)  
②スワンバス〈外回り線〉  
上諏訪駅 諏訪湖口～SUWA ガラスの里 約20分 徒歩2分
- ❖ 長野自動車道 岡谷 IC より 15分 (8.5 km)
- ❖ J R 中央線・岡谷駅 下車  
①車・タクシーで約7分 (5.0 km)  
②スワンバス〈内回り線〉  
岡谷駅 南口～SUWA ガラスの里 約20分 徒歩2分

「老人保健施設みづうみ」は、食と農を守るJAグループの介護保健施設です…

暮らしを支えるグローバル事業をバックボーンに、医療・福祉でも全県を網羅するJAグループ



JA長野厚生連(長野県厚生農業協同組合連合会)の沿革  
JA長野厚生連は、農村で病と貧困に苦しむ人々により自らの健康を守ろうと、昭和25年(1950年)に農協組織の一員として設立されました。



JA長野県ビルの外観

以来、農村医療を中心に病気の予防と高齢者福祉への取り組みを通じて、安心して暮らせる豊かな地域社会の実現に努めています。

JA長野厚生連の組織図(本所:長野市南長野北石堂町1177番地3 JA長野県ビル内)

