

コスモス5周年記念誌発行！！

コスモス5周年記念誌発行によせて

山○真○子

コスモス開設より5年が経過しました。この5年を振り返りコスモスの歩みを残すとともに、コスモス創設の原点を忘れず今後の発展に少しでも寄与するものを残したいと5周年記念誌を作成することになりました。

職員の思い、訪問看護の実際、看取り、協力団体よりの励まし等々・・・記念誌はおもいのほか、内容の濃いものになりました。この記念誌を多くの方々に読んで頂けましたら嬉しく思います。

副題「ひとりじゃない」は、編集委員がつけてくれたものです。

「ひとりじゃない・・・」と皆で支えあい、お互いを大切に出来るようなコスモスに育って欲しいと思っています。

10周年記念誌が発行される時には、更に一回り成長したコスモスを皆様を紹介できることを楽しみにしています。今後も皆様のご支援、宜しくお願い致します。



コスモス新聞



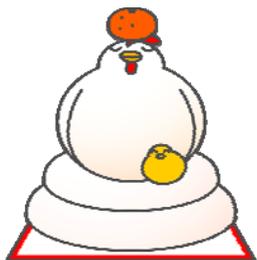
初めての忘年会

- オリジナルイルミネーションで飾られた元町はすっかりクリスマス気分です。その元町をちょっと入った、
- 港のみえる丘公園の入り口にある和食の店で、
- 寿スタッフは初めての忘年会をしました。
- 本部の忘年会に参加するのが理想なのですが、
- 遠くて出席できる人が限られてしまうのです。
- 小さな個室で食べて、食べて
- しゃべって、しゃべっての
- 楽しい3時間でした。
- ...お店恒例のお持ち帰りはおにぎり大きなエビフライでした。
- 2005年もあつという間だったなと感じるのは私だけでしょうか？



続々餅代のこと

あの餅代のYさんのことについてご心配な方へ



あれから1年YさんはH病院に入院したままです。ハワイに行くので退院したいと区役所に電話をしたり、もちろんコスモスにも毎日のように電話があります。

先日も[今年も餅代出るの?]

とあったのでYさんは入院中なので、

「お正月に病院でお雑煮が出るのではないんじゃないですか？」と答えると「じゃあ退院させてくれない？」と希望がありましたが・・・退院の目途は全く立っていません。

K. N

新

しい仲間です！

- 10月からコスモスで働かせていただいています。コスモスに来て、とてもうれしく思っていることは、訪問に出かける時と帰ってきたときに、「行ってらっしゃい。」「お帰りなさい。」と声を掛けてもらえることです。
- みなさんからいつも元気をもらっています。
- 看護師になって4年目でまだまだ未熟者ですが、ここ何年も風邪をひいたことがないというのが自慢です。この冬も風邪をひかないよう体力勝負で頑張ります！
- よろしくお願ひします。

看護師 M. O

- 縁あってコスモスで働かせていただくようになって、3か月が経ちました。現在、山谷と寿の2つの街に通っています。市民活動や学業、仕事を通して、「人と人との関わりあいながら暮らすということ」を考えつづけてきましたが、たどり着いた感じがしています。
- 人の人生や生活に入り込んでいくことの重さとたのしさ、そしてそのような仕事の深みを感じられることがうれしくて、
- また、感謝の気持ちでいっぱいです。

看護師 Y. K

デイサービスの一日

デイサービスに通う方の楽しみの一つとして午前中に行っているゲームの時間があります。

私としては利用者の方々の様々な姿を見ることができ、楽しい時間の一つです。

最近デイサービスに通うことになった M さん。

一見少し怖い感じがするタイプで、ゲームには参加してもらえないだろう・・・と私は思っていたのですが、サッカーゲームを行った際には、どの利用者さんにも負けないほど夢中になり、履いているサンダルを何回も飛ばしてしまうほど熱中されていました。

このように利用者の方々の意外な一面を垣間見ることが多く、日々驚きと新しい発見の連続です。これからもコスモスで沢山の驚きと発見をできることを楽しみにしています。



C. S



K. N

デイサービスで過ごす時間の中で利用者の方々は様々な活動をされています。その活動の中で心身にとってもパワーを与えてくれるものは歌を歌うことです。

コスモスではピアノに合わせ、みんなで大合唱する時間があります。いつもは無口な方や、表情の少ない方も歌うときは大きく声を出して生き生きとした表情になります。認知症等をかかえた方も歌詞をすらすら

口ずさんだりと、みなさんが一つになります。

看護師として、利用者の方々への体調管理、QOL、ADL の維持・向上への援助がありますが、歌うことはとても大きな効果となっています。



第 20 号

2005 年 12 月

<本部事務所>

〒111-0021 台東区日本堤1-12-6

TEL:03-3871-7228 FAX:03-3871-7229

URL:<http://www3.ocn.ne.jp/~s.cosmos/>

E-mail: s.cosmos@cronos.ocn.ne.jp

発行責任者 山〇 眞〇子

編集委員 鈴〇・阿〇・小〇・貴〇

親子みたいな関係

「おはようございます！」
いつものように K さんをたずねると、

「M 子は来ないのか？
ぜんぜん来ないじゃないか！

M 子じゃなきゃだめだ！」

とすごく怒っていました。

まあまあそんなこと言わないでと、

いつものようからだを拭き足浴をしました。K さんは M 子さんを大変気に入って、訪問が少ないと不安になり、ステーションへもよく電話がかかってくる。

「誰も来てくれない」とか「食べるものがない」とか、特に週末になるとコスモスが休みになる為か落ちつかず、パニックになるのでしょうか。親子みたいに娘が来なくなるのを心配しています。時間をかけてゆっくりと足を暖めマッサージを丁寧に行っていくと、K さんは、M 子さんを思いだして「冬になると足が冷たくて、こんな色になってしまって・・・ごしごし、もんでくれるのは、M 子だけだよ」と言い、やっと笑顔が見られるようになりました。気がつくと時間は由に、1 時間を超えていました。私は、この日、このようなケアを通して本当にして欲しい看護を知ることができ、心をこめて一生懸命に向かい合うとその人の心が見えてくることも知りました。

K. T



ひろば祭に参加して

11 月 3 日文化の日に入谷南公園で台東区の身体障害者の団体が主催するひろば祭に健康相談のボランティアとして参加しました。

特に今年はお天気にも恵まれ、たくさんの方が訪れていました。コスモスは恒例の血圧測定と体脂肪測定、日常生活の健康指導など行いましたが、約 100 名以上の方がみえました。普段の血圧より高いと何度も測定に来られる方や体脂肪に驚く方など様々ですが、このような少しのきっかけで日常の健康管理に興味をもってもらえたらなあと思います。

気持ちのいいお天気の中、生き生きと活動している各団体の出店で焼きそばや豚汁を食べたり、整体体験をしたりと私達も楽しんだひろば祭でした。

K. U

台東寮閉鎖へ・・・北寮へ

コスモスでは訪問看護以外にも色々な活動を行っていますが、その一つが「路上生活者自立支援センター」（東京都などの運営）での健康相談です。今までは“台東寮”でしたが 11 月から移転し“北寮”として新しくスタートしました。利用者さん達が健康を保ちながら就職・自立への道を歩めるようにお手伝いしていますが、この季節は風邪、高血圧の方が多く心配です。また、体のこと以外でもちょっと立ち寄って、仕事の苦労話などをこぼしていけるような、気軽な相談室であればいいな、と思っています。

Y. T