

## < 忘年会レポート >

昨年12月1日、上野精養軒にて恒例のコスモス忘年会が開かれました。日頃お世話になっている多くの方々をご招待して、百名を超える盛大な会となりました。若手看護師登竜門の韓国舞踊。コスモス誇る美人看護師によるフラダンス。天使の歌声(?)コーラス隊。まだまだお若い恩歳80歳の振袖姿を披露して下さったゆめ子さんの歌。

忙しい仕事の合間での練習ご苦労様でした。今年カラオケも多くの方に参加して、楽しんで頂けたかと思えます。

椿先生の心引き締まるお話(訓話?)本当にありがとうございました。

慣れない司会でしたが、皆様のお陰で無事に終わることができました。ありがとうございました。

今年の忘年会が早くも楽しみです。【M.K】



宋看護師指導の下、可憐な舞いを演じてくれた韓国舞踊隊



今回も優雅な踊りを披露してくれたフラダンスチーム



圧倒的な歌唱力で年々、レベルアップしているコスモス合唱団

## ようこそ！新しい仲間！

大学在学中であり、アルバイトとして仲間入りさせていただきました。

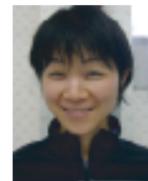
沢山のベテランスタッフさんと共に働くことができ、大変心強く、日々学ぶことが多いです。また、以前から興味があったこの地域を自転車で駆け巡れることに、とても喜びを感じています。どうぞ宜しくお願いいたします。【K.H】



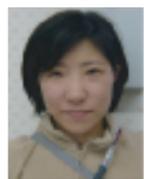
2月から訪問看護師として働かせて頂いています。

働かせて頂く前は、しばらく城北の健康相談会のボランティアとして月に1回お世話になっていました。ステーションでの仕事にはまだまだ慣れないことが多く、ご迷惑をおかけすることも多々あると思いますが、どうぞよろしくお願いします。

【E.M】



2月からコスモスで働かせて頂いております。訪問看護は初めてで、仲間ブランクがあるということで、不安はありますが楽しみでもあります。元気に楽しくやさしく仕事をしていけたらと思っています。よろしくお願いします！【I.T】



## 好評絶賛発売中！！



コスモスのA.U看護師が本を出版しました。

『つながりゆるりと小さな居場所「サロン・ド・カフェ こもれび」の挑戦』/自然食通信社  
¥1600 です。  
是非、書店でご注文下さい。



### 第34号

2010年 3月  
<本部事務所>  
〒111-0021 台東区日本堤 1-12-6  
訪問看護ステーションコスモス  
TEL.03-3871-7228  
FAX.03-3871-7229

URL http://www3.ocn.ne.jp/~s.cosmos/  
E-mails.cosmos@cronos.ocn.ne.jp  
発行責任者 山 眞子  
編集委員 奥 大 竹 山

<編集後記>

今年初めての発行となりますが、皆様に楽しんでいただける機関紙として気合を入れて一同頑張っていきたいと思えます。

(大)



# コスモス新聞

平成22年早春 第34号



## ～年頭に寄せて～

訪問看護ステーションコスモス開設から10年がたちました。職員4名から出発し、現在では約60名の職員がコスモスを支えています。地域の方、会員の方、ボランティアの方たちの支援があつての現在です。心より感謝しております。

昨年はコスモスハウス「おはな」を開設し、13名の入所者をお世話させて頂いております。この10年で山谷地域・寿地域は大きな変容をみせ、コスモスの職員始め、多くの支援者が行き来をしています。

近年山谷の中に「地域ケア連携をすすめる会」が出来、本田医師を代表とし多くの団体・個人が参加しています。単身高齢・低所得・障害を持った人達が多く集まる山谷でのネットワークの取り組みは、今後予測される日本社会全体の問題解決にも繋がる、先取りの要素を持つ大きな意義を感じさせます。

この間の若い力の台頭には目を見張るものがあり、是非新しい風を吹かせてもらいたいと切に願っています。

【M.Y】

## 越年健康相談をしました！！

平成22年、大晦日。

ふるさとのボランティア組織主催の越年行事に参加させて頂きました。澄み切った冬晴れの午後の日差しの中、隅田川堤防での炊き出しには、約160の方が並ばれました。

路上での過酷な暮らしを余儀なくされている方々ですが、冷えきったからだに豚汁と豆ご飯でからだも暖まりますね！笑顔で豚汁を口にほうばる姿にこちら心がほっとします。

一方、コスモスの健康相談には2名の方が来て下さいました。

『高いね！寒いから血圧上がっているよねー。』  
血圧値が180を超える方もおられ、健康状態が懸念されます。季節柄、かぜ薬のニーズが多く他には、胃薬、保湿クリーム等が配布されました。

暖かい春よ！早く来い！！【Y.S】

## コスモスの種を蒔こう

2月13日、「地域ケア連携をすすめる会」のシンポジウムが台東病院でありました。

コスモスからはU看護師が「居宅サービスの現状と課題について」発表しました。

大勢の方が参加し、充実した会となりました。



上の写真はカメラマンのY.Fさんが撮影してくださりました。写真中央の青年がY.Sさんです。いつもありがとうございます。

# < デイサービスの一日 >



1月に入ってゲーム特集最初の日、いつものようにテーブル毎のチームになって競い合いました。この日は5月以来8ヶ月ぶりの新ネタ登場、『スカイツリー』早積み2回戦のあとは高さ勝負の3回戦構成、だんだん上に行くほどスリルと緊張感が高まっていく！気付いたら立ち上がっている人もいて積み上がっていく。身長の高い人が有利かと思いきや、そうもいかず、真っすぐ積んだ方が勝ちにつながります。最終結果は……「ごぎょうチーム」が種目めからスタートダッシュ「せりチーム・なずなチーム・はこべらチーム」に大差勝ちでした。【K.S】



## コスモスギャラリー



以前コスモスで働いており、イギリスに嫁いだ看護師のM・Kさん(旧姓Yさん)が、長女のMちゃん(5ヶ月)を連れて、はるばるイギリスからやってきました！なんとまあ、かわいらしいことでしょうか(^-^)  
また来てね



以前コスモスの事務をしていた、H Sさんに元気な男の子が生まれました。Rくん(3ヶ月)です。かわいいクマさんのお洋服で遊びに来てくれました。4月からは学生とママとの両立とのこと、がんばってね！！



ローマで修行したイタリア料理店のY.Sシェフが、おはなにボランティアでパスタとカレーを作ってくださいました。みんなで美味しく頂きました。ありがとうございます！！

# カタリレ

当院は平成11年12月に台東区根岸で小さな医院として誕生しました。開業当初は来院患者も少なく特にこれといった方向性や特殊性も持たずに暗中模索の状態でした。そんな時に“いちご薬局”のM先生から在宅医療をやってはどうかと持ちかけられました。それは平成12年になってからのことでした。確かその頃だと思えます訪問看護ステーションコスモスが誕生したのは。コスモスのYさんから山谷の在宅医療をやらなかとお誘いを受けて初めて事務所にいきました。当時小さな事務所で3人のスタッフで活動されていたのを覚えています。打ち合わせは“いろは商店街”の5人しか入れない飲み屋のカウンターでした。トイレに行きたくてもありませんでした。しかしそんな中から在宅医療のやりがいや奥深さを学びました。現在当院は在宅医療にかなり力を入れておりますが、まさにコスモスはその原点と言えると思います。当院は開院当初と変わらず地味にゲリラ戦を展開しておりますが、コスモスは組織も大きくなり活動内容も濃くかつ広範囲となっておりますが、今後も一緒に仕事をしていきたいと思っておりますので宜しくお願い申し上げます。

【かとう内科医院 院長 M.K医師】

## 我が家 自慢のペット コーナー



H看護師ご自慢のネコ、パール(通称:パーちゃん)です。2月28日、5才の誕生日を迎えました！プレゼントを貰ってご満悦です。

「あー、来てくれてヨカッター！こんな一言を頂くことがありません。飲み薬がわからなくなったり、お通じの悩み、痛みが強くてどうしたらよいのか、などなど理由はいろいろ。訪問看護の範囲を超えた金銭面のこともあります。私にできることは……まず話をじっくり聞くこと。そして、小さなケアを提供することです。薬で治せる(あるいは改善できる)症状ばかりでもありません。からだの症状に孤独や不安の影響を感じることが少なくありません。すぐにも解決できない問題が山積みですが、つかず離れずの距離を保ちつつ、それぞれが利用者に思っているように巡らせます。」

【K.M】

## 訪問看護の現場から

## ケアマネの現場から

今号より、期間限定の新コーナーです。ケアマネージャーさんの日々の思いを綴っていただきました。

訪問看護ステーションという場で医療畑でない私がこうしてケアマネ業ができることに感謝しています。福祉のベ-スではなかなか難しかった病院でのカンファレンス、医師、看護師から頂くアドバイス、医療依存度の高い利用者さんを受け持つことができ視野の広がりを実感しています。「人と向き合うこと 雑草の精神」をもちながら利用者さんから個人としてではなく「コスモスのケアマネもなかなかいいね！」って言われるように頑張りたいと思います。【H.O】



## 「ご寄付をありがとうございました」

皆様から沢山の寄付を頂きました。大切に使用しております。

- ・中西さま
  - ・小路さま
  - ・湯浅さま
  - ・松浦さま
  - ・城崎さま
  - ・小網さま
  - ・P&G マックスファクターの皆様
  - ・木村さま
  - ・株式会社 ユーコーさま (順不同)
  - ・栗林さま
  - ・松本さま
  - ・小網さま
  - ・中西商店さま
  - ・山下さま
- 以下のご寄付を募集しております。ご協力頂けますと幸いです。
- ・いこの間
  - ・男性用下着・衣類・靴下(中古可)
  - ・使い古したタオル
  - ・おはな
  - ・台所用消耗品・スーパーレジ袋
  - ・掃除用消耗品
  - ・調味料(味噌・醤油など)



また今回、千葉教育青年会の皆様から、「いこの間」が寄付していただきました。本当にありがとうございました。有難うございました。



## コスモスハウス おはな通信



週一で夜勤をさせていただいてます。清潔で明るく、優しい雰囲気のおはなにいると、ここが山谷である事をつい忘れてしまいそうになりますが、お茶を飲んだりしながら入居者の方のお話を聴いていると、日本の暗部の片鱗をちらりと覗かされる時もあります。Aさんは、生まれつき耳が悪く、そのせいで教師にも軽んぜられて学校にも行かなくなり、識字教育も十分受けないうまま社会に出て、やがて山谷にたどり着いたそうです。そのせいで、辛い思いを幾度もしたそうです。ちょっとしたハンディが原因で人生の大半を山谷で過ごしてきた、問題行動も多いAさんですが、ヘルパーさんにお風呂に入れられて、ニカッと笑う顔は、母親にあやされるやんちゃ坊主のようです。【Y.W】

## 希望の種

「ご利用者さまからの投稿コーナーです」

むかしむかしそのむかし  
時代変われば今の世は  
お手でつないでハイキング

【S.S】



秋桜の笑顔の看護

【S.S】