

ようこそコスモアパート

U・Mさん

今まで住んでいた旅館が閉鎖されるとのことでコスモアパートこかげに転居されました。ちょっとシャイな感じがす。よろしくお祈りします。



青○和○さん

ニコリと笑顔がステキな方です。その笑顔に魅せられて、毎回訪問させていただく事を楽しみにしています。



コスモス総会

5/24、総会が開かれました。すべての議案が承認され、無事に終了。総会後の懇親会は、いっしょながら賑やかな会となりました。

Cosmos NEWS コスモスニュース

掲載されました!

東京新聞4/21日曜版「天職ですか」に、渡○怜○NSが山谷地区で働く訪問看護師として取り上げられました。東ティモールで働いていたエピソードや、帰国後に入職したコスモスのこと。また、訪問を通しての日々の想いなどを語っています。



誕生しました!

コスモススタッフの小○侑○NSに赤ちゃんが誕生しました。名前は「な○○」ちゃん、桃の節句に生まれた女の子です。これからの成長が楽しみです♪

コスモハウス おはな通信

おはなにいらっしゃ〜い

栗○秀○さん
★青森県弘前出身
★好きな食べ物は・・・果物は何でも!
★好きな歌手・・・テレサテン
笑顔が素敵です♪



荒川ふるさと文化館へ行ってきました

歴史が好きな小○さんの久しぶりの外出にお供しました。静かな環境でゆっくりまわられました。貝塚、縄文土器など遺跡の品々と昔の街や駅の風景の写真を眺め、あらかわの歴史に触れてきました。次はお隣の天王神社へ足を伸ばしたいと思います。【T.Y】



第62号 2019年6月
本部 〒111-0021 東京都台東区日本堤1-12-6 訪問看護ステーションコスモス
事務所 ☎ 03-3871-7228 FAX 03-3871-7229
URL <http://www.s-cosmos.org/> MAIL s.cosmos@cronos.ocn.ne.jp
発行責任者:山○眞○子 編集委員:関○渡○織○
《編集後記》先日、久しぶりに船釣りに行ってきました。狙いはマゴチ。しかし結果は「ボウズ」、惨敗でした。それを釣り好きの利用者さんたちに報告するとみな笑いながら、でも優しく、落ち込む私を慰めてくれるのでした。「釣れない時は魚が考える時間を与えてくれたと思えばいい」とはヘミングウェイの言葉。そう、大切なのは楽しむ心! 懲りずにまた、初夏の潮風に吹かれに行こうかなあ〜。【O】

ご寄附をありがとうございます
森○さ○様
朴○美○様
柴○将○様
小○明○様
ナ○ン○様
「いこいの間・コスモス」に「コスモハウス・おはな」に、多くの方から沢山の寄附を頂きました。利用されている方や私達にとって、大変有難く心温まるご支援です。この場を借りて、深くお礼申し上げます。
皆様からのご寄附をお待ちしています
下着・衣類・靴下・石けん
タオル(使用済み可)
スーパージップ袋等

コスモス新聞

2019年初夏 62号



コスモス恒例! お花見

3月28日、コスモス恒例の「お花見」を催しました。曇天で時折、雨がぱらつきましたが傘を差すほどではなく、「おはな」から会場まで頑張って歩いてきた方々もいらっしゃいました! 何ととっても、桜が見頃でとてもきれいでした。皆で美味しいお弁当をいただき、三味線に合わせて歌ったり、フラダンスを楽しんだり...楽しい時間はあっという間に過ぎ去りましたが、皆さんの笑顔はいつまでも心に残っています。場所取りなど協力してくれた方々、ありがとうございました。また来年も笑顔で桜の下で集えることを願っています。【K.S】



地域ケア連携シンポジウム

ぽかぽか陽気の4/13、福祉プラザ台東清峰会で「地域ケア連携をすすめる会 第8回シンポジウム」が開催されました。発足して10年間の活動報告や厚生労働省の野○氏による講演、グループディスカッションが行われ、様々な職種の参加者からの情報や思いを共有する場となりました。変わりつつある山谷周辺地域で、孤独や生きづらさを感じている人もそうでない人も、皆が共生していく為のヒントをもらえたような気がします。今後はもっと多くの地域住民の方々に参加していただきたいです。【Y.E】



コスモスの種

きぼうのいえ
認定NPO法人取得記念
シンポジウム

4/20、「浅草ほうらい」にて「あたたかな居場所を求めて—山谷から《共に生きる》を考える」が開催されました。パネルディスカッションでは往診医の〇先生をはじめ、訪問の各事業所の方々、コスモスからは山〇所長がパネリストとして参加しこの地域で様々な問題を抱えた方々への支援の在り方を話し合いました。懐かしい事例の報告もあり、笑ったり、懐かしんだりと貴重な時間を過ごしました。なによりその人らしさを大切にされる「きぼうのいえ」。利用者の気持ちを一番考え寄り添う姿勢には、私達も常に学ばせていただいております。
【K.U】

NPO学習会

保護観察とは何か

～保護観察の役割や触法者の支援～



2/8、「触法者の方への支援のあり方や、司法面での社会的仕組みをもっと知りたい!」との思いで、法務局保護局・六〇貴〇先生に「保護観察とは何か～保護観察の役割や触法者の支援～」をテーマにご講義いただきました。地域の方々においても、関心の高いテーマだったようで、当日は予想を遥かに上回る沢山の皆さんが集まり、質問が飛交うなど大盛況に終わりました。

触法者の方に限らず、人と関わる中で、時に不全感を抱くこともあるのですが、「犯罪を個人の問題とするのではなく、社会的な病理として捉えること」「支援においては結果ではなくその過程に焦点をあてること」など…支援者側の肩の力が少し和らぎ、学び深い時間になりました。また、「人々にとっての(心理的な意味を含めて)居場所作り」「触法者の方が社会へ出るための入り口支援」においては、自分たちに何が出来るのだろうかという問いや課題も頂きました。

この学習会を機に、小さな一歩ではありますが、コスモスアパートの1室を自立援助ホームとして届出しました。コスモスの大切にしていること、そして理念に立ち戻る機会に繋がったように思います。
【T.H】

訪問看護の現場から



脳性麻痺で寝たきりのツ〇さんは、障がいがあっても地域で一人暮らしをすることにこだわり、そのために必要なことを、人生をかけて訴え、勝ち取ってきた人です。カッコいいあーって言うて介助者さんが、「ツ〇さんは自分のわがままを貫きたいだけです(笑)」と。その彼女が、深夜に突然の呼吸不全で救急搬送されたのは、今から一年半くらい前。それまで、「延命はしないでほしい、いつ死んでもいい、もう死んじやいたいよ」。そんなことを繰り返していた彼女。搬送された病院で一命をとりとめたものの、装着した人工呼吸器は、外すことが出来なくなりました。

延命を望んでいなかった彼女にとって、この結果が良かったのか…複雑な思いでした。しかしこうなった以上、人工呼吸器と共に生きていくしかない。彼女の姿に、死ぬ覚悟よりも生きる覚悟はよほど苦しい、と感じました。それでも生きる覚悟

をしたツ〇さんは、それまでの生き方を変えませんでした。「何が何でも自宅に帰る。死んでもいい」。その思いに応えるべく、彼女に関わっていた20名近くの介助者さんは痰吸引や経管栄養の講習を受け、指導を受け、人工呼吸器の勉強をしました。とある会社から「寝たきりで一人暮らしの障がい者に、人工呼吸器は(前例がない、また、リスクが高すぎるため)貸し出せない」と言われれば、貸してくれるところを探し…(私たちは相当、心配しましたよ)。私たち看護師も、今まで使ったことのない人工呼吸器、モニターの見方、換気モード…。イチから勉強し直し!!思いつくりのリスクマネージはしていても、予測できないことも沢山、そしてみんなが慣れない中で何かが起こったら…という大きな不安が渦巻くなか、ツ〇さんは退院したのでした。

それから1年。この頃は、口から食べる

練習が進んでアイスやコーヒーなど試していたツ〇さん。ソフトせんべいを食べた日のこと。訪問中に、「生きててよかった、皆さんのおかげです」と。もっと食べられるようになりたいと、ずっと嫌がっていた胃薬を作ることも決心したのでした。そんな彼女を目の当たりにした時の気持ちは、うまく言葉にはなりません。でもとにかく、生きる覚悟、してよかったんだなあって思いました。

「昭和は家族との戦い、平成は社会との戦いだった。令和は自分との戦い」。ツ〇さん、わがままだろうと何だろうと、これからも、自分の生き方を貫いてください。そんなツ〇さんがとってもカッコよくて、私の目標です。(時々「めんどくさ!!」って思うけど、それもひっくるめて!!笑)
【S.W】

ちょっと Go to Hawaii 遠出してきました

生まれて初めてハワイに行ってきました! 30の手習いで始めた韓国のお琴、伽耶琴(カヤグム)のお師匠様のご両親が、晩年ハワイでお過ごしになり旅路を迎えられた経緯があり、供養のための公演にちょっとだけ出演などしてきました。日本から向かうチーム6人、韓国から向かうチーム12人、アメリカから合流する先生のご親類1人、総勢19名にてワイキキビーチに徒歩で行けるところにあるコンドミニアムで5泊の日程です。空港に到着すると、いい香りの生花のレイが待っていました!こんなベタなことドラマの中だけかと思ってたら、ホントにあるんだ〜、と感激!
お墓は地面にネームプレートが埋め



込んである、これも海外ドラマでしかみたことのないお墓でしたが、お寺は在米韓国人が建立した場所でしたので、まるで韓国にいるかのような雰囲気でした。お墓での演奏、お寺の本堂での歌と演奏と踊りなど、短い公演ではありましたが、こんな機会でもなければハワイには縁が無かったかも。公演に誘われたのはたまたまお揃いの新しい衣装を作っていたから、てな理由ではありましたが、

コンドミニアムやビーチは日本人含めアジア人だらけでびっくりでしたが、絵にかいたような青い空と海、本場のフラダンス見物、ホントまんなハワイを堪能できました。

今まではほぼ興味が無かったハワイではありますが、行ってみたら楽しい場所でしたね〜。ベタな観光地もいいな、と、実感の遠出でした。
【S.S】

デイサービスの一日

あやめ作り

5/1は「あやめ作り」。色紙を切り抜いて形を作り、花の部分は折り紙で。台紙に貼るとそれぞれのいい形で出来上がりました。作品を掲示してみると、まるであやめの小径のよう。「ひなげし」と「あやめ」で、壁が花だらけになりました。

チャンバラ大会

5/5こどもの日の午後レクは「チャンバラ大会」です。かぶとを折ったあとで戦いが始まり、闘志を露わに、段々と本気モードの人もいれば、それを笑って見てる人あり…。鏢(つば)迫り合いが長い対戦もありましたが、あんまりエキサイトしすぎたので、最後はジャンケンで決まってしまう展開に。血圧が上がる前に終わりました。
【K.S】



2019 Festa de Timor-Leste 東ティモール フェスタに参加!

5月18日、上智大学で東ティモールフェスタが行われました。東ティモールは私が4年半暮らした国。日本に帰ってきて6年が過ぎましたが、1日も忘れたことはありません。この頃は恋しくなることは無くなりましたが、日本にいる時間が東ティモールにいた時間を越えたんだなあってしみじみ思います。

東ティモールフェスタは、5月20日の主権回復の日のお祝いで毎年行われています。今まで「参加者」でしかなかったこのイベント。今年はきっかけがあり、音楽

で盛り上げたいと思いました。呼びかけてみたら、友人たちのバンド、学生さん、コスモス三味線部&フラダンスチーム…沢山の人が協力してくれました。

譜面の無いティモールの音楽を、バンドで演奏すること、踊りを付けること、詞を訳すこと…、2月に練習を始めてから本番まで、想像以上にいろんな大変なことがありました。でも、当日会場はとっても盛り上がり…。楽しそうに歌って踊る人たちを見ていたら、大変だーなんて思っていたことは全て一瞬で吹き飛び、私も楽しくて幸せな時間を過ごしました。

東ティモールフェスタを盛り上げたいという思いからの参加でしたが、終わってみると協力してくれた友人たちみんなが、初めて東ティモールを知り、アンテナ



を張ってくれていました。そして今まで以上にお互いを知って、もっと仲良くなっていました。一緒に練習、歌って踊って、考えて、悩んで、愚痴って、笑って…そんな時間が私にとって、そしてみんなにとって、宝だったんだと思いました。来年はどうなるかわからないけれど、今年フェスタがくれた宝は、一生、私の大事な宝です。
【S.W】

農ジョー通信



GWに子どもたちと一緒に夏野菜の苗を植えました。土の入れ替えて鶏糞を混ぜたりしました。子ども達の好きな夏野菜!収穫が楽しみです♪ 山〇NSが提供してくれたブロッコリーやレタスもしっかり育ちました。
【A.T】