

## テンプル大学 見学

テンプル大学の企業研修で、バンラデシュ政府職員(日本の厚生労働省・結核対策)6名が見学に来ました。医師がほとんどでしたので、地域医療にも興味をもって来ていました。バンラデシュもHIVと結核の問題の対策が難しいとのこと。コスモスでの訪問看護・結核対策・城北労働福祉センター健康相談室等も見学していただき、とても有意義な交流をすることができました。【A.T】



## 暑気払い

8/27、「桜なべ中江」にて暑気払いを行いました。浅草吉原発祥の東京の郷土料理に舌鼓。お腹も心も大満足のひとときでした。【S.O】

# コスモス新聞

2019年秋 63号

## コスモスハウス おはな通信

令和元年7月17日 早朝、穏やかに旅立たれた○柳○亮さん。87歳でした。長野県出身、大学では法律を学ばれ、その後は市役所で勤務されたとのこと。おはなに入居されて8年ほどになりますが、読書家で、本や新聞を読んで過ごされていました。体調を崩し入退院を繰り返して徐々に食事や大好きなアイスコーヒーを摂ることが出来なくなってきた頃、穏やかにになり、周囲に感謝の言葉を言われるようになりました。おはなでは、○橋さんを優しく見守ってくれていました。お亡くなりになる1カ月ほど前、荒川ふるさと文化館にお連れした時は笑顔を見せて下さり、安堵しました。9月20日コスモスのお墓に納骨しました。ご冥福をお祈り致します。【H.S】

## 山谷を語り継ぐ会

9/14、コスモステイにて「第5回山谷を語り継ぐ会」が開催されました。講師は山谷地区で野宿者支援などを行っている「ほしのいえ」代表の○村○子さん。カトリックのシスターで30年以上、活動を続けているパワフルな女性です。経験から紡がれる言葉はどれも深く、懐かしい仲間も参加するなど貴重なひとときとなりました。【S.O】

## コスモスアパート 子らへようこそ!

8月末にお引越しされ、アパートのお仲間になりました。自分で運転する自転車がちょびり心配ですが、Kさんらしく元気に毎日を送ってくださいね。

## ○田さんが コオロギを持ってきてくれました!

事務所には秋の音が響いています。

## お疲れさまでした! ○田○子さん

8月で、○田看護師が退職しました。3階にいた私が2階に降りてから、○田さんとはななめ向かいの席でした。年も近くアジアで働いた経験も同じで、共通の話題があって楽しかったです。鍼灸師の資格を取ってからも、いろんな分野の勉強を欠かさずしていた○田さん。何事にも、真面目に一生懸命取り組む姿には、いつも刺激をもらっていました。私ももっとがんばらなくちゃ!と。個人的な利用者さんも一緒に看させていただきました。○田さんが退職する時にその方が地方の施設に入所するって出て行きました。絶対にすぐに帰ってくるよね、って笑いましたよね。帰ってきたらもう○田さんには頼れないと思うと、心細かったです。そして・・・その人、帰ってきましたよ! ○田さん! 笑

時々遊びに来てくださるので、楽しみに待っています。農業に挑戦!! 新しいスタートも、○田さんらしく頑張ってくださいね! コスモスみんな応援団です!! 【S.W】

---

## New staff! ようこそ! ○塚○貴さん

10月から、仲間入りをさせていただきました。大学時代に、実習と卒論で山谷地域にお世話になって以来、いつかここで働きたいなあ...という想いがありました。訪問看護は初めてですが、コスモスの看護師さんや利用者さんに教えて頂きながら、一歩ずつ成長を重ねていきたいと思っております。皆さま、どうかよろしく願いいたします。

---

## New staff! ようこそ! ○塚○明さん

長野県塩尻市の出身です。9月からコスモスの一員となりました。どうぞよろしく願います!

## コスモス寿通信 ~50年ぶりの図書室通いです~

街のシンボルで5月にオープンした「横浜市寿町健康福祉交流センター」も早4カ月が経過。3階から上の市営住宅に戻られた住人の方も見かけるようになりましたが、一般入居の方も多いということで、センターの広場で毎年行われていた夏祭りは狭い寿公園になり、街を揺るがすほどの恒例の野外ロックコンサートの復活もなくなってしまいました。少し寂しい感じですが、その一方で以前は2階にあった娯楽室と図書室が、1階のスペースに設けられ、木を使った居心地のいい空間になったためか、囲碁や将棋、テレビ鑑賞、読書をする人で連日大賑わい。その中の一人にコスモス寿を10年以上利用されているNさん(74歳男性)がいます。長野県出身で大森高校の定時制に通い、大学にも行きたかったが挫折し、その後は寿で港湾労働者となり、酒とギャンブル三昧の後、精神障害を患い、ここ数年は好禍的な生活を送っていたのですが、突然思い立ったかのように、図書室通いを始めてすでに2ヵ月。大相撲9月場所より読書を優先して、一日中座って本を読んでいます。何と50年ぶりだそうです。「何を読んでいるかって? 歴史漫画だよ、今は新選組」でした。【T.N】

## デイサービス モンファミリー 演劇の一日

9月は劇団「モンファミリー」が来てくれました。今回は桃太郎の話で演劇が進みましたが...桃太郎が弱い! そこのおじいさんとおばあさん、若い頃に裏稼業で必殺仕事人だったとの設定。代わりに鬼退治してしまうお話でした。鬼の演技が迫力満点。それに負けないおじいさんとおばあさんの、「裏の顔」でした。思わず見入ってしまい、あっという間の40分。最後に集合写真を撮って...めでたしめでたし。【K.S】

▼鬼と格闘中

▲最後に集合写真

◀戦隊ものか? 決めポーズ

## 隅田川花火大会

今年の花火大会は雨は免れたものの強風で、デイサービスでの食事会としての開催となりました。それでも、後半外に、見に出たり屋上に上られる人は上がったり花火を楽しむことができました。来年は屋上で楽しめますように! 【E.M】

第63号 2019年10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](mailto:s.cosmos@cronos.ocn.ne.jp)  
 発行責任者:○下○実 編集委員:○口○達・○田  
 【編集後記】暑い夏を乗り越え、あっという間に年末に向かっていきます。これを書いている時は金木犀の香りが漂い、直に山茶花が咲き、そしてポイントアが町を彩るのだなとぼんやり考えています。何気ない日常を送れることに感謝しながら、今日も自転車をこぎます。【S】

ご寄附を  
 ありがとうございます  
 ○藤○子 様  
 ○京○様  
 ○崎○様  
 ○田○宏様  
 婦人の友社様

「この間、コスモス」コスモスハウス、おはな」に、多くの方から沢山の寄附を頂き、また、利用されている方や、私達にとって、大変貴重な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 下着 けん  
 タオル(使用済み可)  
 スーパーレシオ等

# 旅立ち

## 〇川〇郎さん追悼

〇郎さんとの出会いは、平成22年1月のこと。私はハーモニーの登録ヘルパーでした。〇郎さんは三輪自転車をこぎ、私はオレンジのエプロンをつけて追っかけ、入浴場所であるきぼうのえいに行きました。疲れた！入浴後は〇郎さんの一番好きな時間。自宅に戻り、私の膝枕で綿棒を使って耳そうじ。とても幸せそうな顔をしていました。可愛かった！商店街を2人で歩いている時、私が酔っ払いにからまれると、杖を振り回して

守ってくれました。男らしい！格好良かったです。サービス以外では、何人かの人達とよく食事をしました。〇郎さんはほんの少ししか食べないけど、食事が好きでした。楽しかったな。平成26年4月からケアマネジャーになり、病院に関する仕事ばかりになりました。穏やかな性格の〇郎さんですが、病院での待ち時間になるとイライラして私のことをよく怒っていました。せつかな所、すごく几帳面な所、いろいろな〇郎さんを見てきました。そしてここに書ききれないくらい

です。またいつか〇郎さんにお会いできたら…私はヘルパーでお願いします。今度は紺のエプロンをかけて頑張ります！  
9年7か月、ありがとうございました。  
【ヘルパーステーションハーモニー K.M】



## 〇沼〇浩さん追悼

〇沼さんは山友会の紹介でコスモスパート「こかげ」のお掃除を手伝ってくれていました。山友会では「クマちゃん」との愛称で呼ばれ、大きな目と濃いヒゲが特徴で笑顔が人懐っこく、とても愛嬌がありました。お花見では場所取りに奔走し、コスモスのイベントにはいつも笑顔で参加をして下さいました。

クーラーのないアパートでの生活に、夏の熱中症がいつも問題になっていました。昨年の夏は熱中症で入院をし、今年の夏も心配をしていた矢先、残念なことにアパートで倒れていました。〇沼さんお疲れ様。そして長い間お掃除ありがとうございました。安らかに眠り下さい。【M.Y】

# コスモスの種をまこう

## 「在宅ケア学会」「日本心理学会」で発表をしてきました

「訪問看護におけるケアリングの相互性と継承性」という研究テーマで「第24回在宅ケア学会」「第83回日本心理学会」にて発表をおこないました。人生や命に触れる訪問看護は、時に責任を感じ、支援に揺らぎ、自分の関わりを問いつけることも少なくありません。しかしながら、「待っているよ」と言ってくれる利用者さんの笑顔に心がほっこりしたり、利用者さんの生きざまに触れる中で、人生観や死生観を涵養する機会を得たり・・・たくさんのお話を「受け取っている」と感じることがあります。そして、そのことが何よりも日々の原動力になっています。この思いを研究として形にしたいと取り組んできました。

日本心理学会では、「訪問看護って初めて聞いた!」とまだまだ訪問看護が周知されていない現状を目の当たりにしましたが、多くの方が訪問看護師の現状や心の動きに関心を持ってくださいました。研究を通して訪問看護に関心を持ってくれる人が増え、そのことによって、利用者さんやご家族の方々の暮らしの安寧に繋がれば何よりも嬉しいことです。研究にご協力くださった皆様に感謝いたします。(〇本さん・〇達さんが応援にきてくれました!)【T.H】



## 一般社団法人あじいる設立

長く山谷地区を中心に活動してきた隅田川医療相談会&フードバンクが統合され、「一般社団法人あじいる」として新たに誕生。7/7、サンパル荒川のお披露目会にて、〇下〇実〇所長がコスモスの活動を紹介しました。あじいるの今後の活躍が楽しみです。【S.O】



## アディクション学会でお話をしてきました

6/29、帝京科学大学千住キャンパスにて開催されました。コスモス利用者様を2事例紹介しながら、コスモスでの看護について発表してきました。私たちの実践している日々のケアが、ハームリダクションの考え方を取り入れているのだと実感しました。【A.T】



# 農ジョー通信

〇本看護師からももらった“〇本家の手作りハブ茶”があまりに美味しく、今年、種をもらいました。「若芽が出てきたら、摘んで、揉んで、天日に干して乾かす。それを3回くらい繰り返して、最後に炒って、煎じて飲んでね〜」と教を胸に、いざ種まき!

そして日々がバタバタと過ぎていき、農ジョーがざわつき始めました。職員さんたちが、「あの草、何・・・?」と。まさか・・・あれっしょとした木(?)になって、黄色い可愛いお花が。晴れた祝日、〇野リーダーのもと意を決して(慌てて)茶摘み!モミモミ。その後



茶摘み▶ 天気恵まれなくて室内で乾燥させたらカラッカラに・・・。めげずにもう一度モミモミ。外で乾かそうと思ったら風がビューっと・・・。

そんなスパルタを乗り越えながら、無事乾燥したハブ茶。最後は〇野リーダーの心のこもった焙煎で、ステーションにハブ茶の良い香りが充満。〇本家のハブ茶にはまだまだかなわないけど、島根生まれコスモス育ち!ハブ茶出来ました(^^)

今年の夏の農ジョーでは、小ぶりスイカ、真っ白スイカ、大ぶりナスなどユニークな野菜たちも育ち、美味しい夏でした。秋は何ができるかな〜。



## ちょっと遠出してきました 大阪学会

6/8~9、大阪市中央公会堂で開催された日本看護倫理学会に6名で参加してきました。学会のテーマは「格差社会の中で看護倫理を考える」。その中で、〇下所長が「格差社会におけるセーフティネットの構築と在宅看護〜住み慣れた地域で最期の時を〜」という題で、ここ山谷地域での地域連携活動などを講演され、会場は満席!大盛況でした。学会の合間に、親交の深い「訪問看護ステーションひなた」へご挨拶に行き、ひなたの所長さんに、大阪のドヤ街

で有名な釜ヶ崎を案内していただきました。撮影NGの為、写真はありませんが、元気なおっちゃんがたくさんいて活気がありました。そしてせっかく大阪まで行った私達ですらね、限られた時間の中でサリリとですが、飛田新地や道頓堀を歩き、人気店のお好み焼きを食べました。今回の学びを皆で共有し、格差社会の中で看護師としてどうすべきか考えながら、日々精一杯、利用者さんと向き合っていきます!【Y.E】



## トラウマとアディクションからの回復と支援 NPO学習会

7/4のNPO学習会では「トラウマとアディクションからの回復と支援〜トラウマ・インフォームド・ケアの考え方と実践〜」について、ホームレス支援、薬物依存症地域支援、精神疾患を持つ人の健康

格差などを主な仕事とする精神科医の〇倉〇介先生にお話をいただきました。コスモスの訪問看護の現場では、これまでの人生において様々な傷つき体験(広い意味でのトラウマ)を抱えている方、アディクション=依存症を抱える方にお会いすることが少なくありません。そんな(痛み)や(孤独)を抱える方々にとって、どんな関わりが支えとなり、回復へと繋がるのか。〇倉先生が勤務されていることぶき共同診療所や自立支援センター、ホームレス支援の現場での関わり事例や現在の精神医学界の動向・研究

等、幅広い知見から、日々の関わり方のヒントとなるエッセンスをたくさん伝えてくださいました。トラウマの視点から見つめること、ジャッジをしないこと、本音を言える関係・場があること、医療者自身の内なるスティグマに気づくこと、支援者自身がセルフケアすることが、関わる方々の回復につながる事……。本当に盛りだくさんの内容でしたが、参加された方々が口々に「面白かった〜!」と笑顔で語られていて、私自身もたくさん元気をもらった会でした。【M.I】

