PPE研修 コロナ関連

台東病院で個人用防護具（PPE）の着脱訓練が行われました。COVID-19の第6波に備え、この機に皆でもう一度お勉強。感染管理認定看護師の指導のもと、靴カバー・ガウン・マスク・キャップ・フェイスシールド…を次から次へと着用し、最終的に目元しか見えない状態に。着るのはそう難しくないのですが、脱ぐ時はちょっと注意。ウイルスの感染や拡がりを防ぐために、目をつぶったり、後ろに引っ張ったり、丸め込んだり、ひとつ脱ぐごとに手指消毒。スムーズに着脱するには、もう少し練習が必要そうです。【編集係】

ターミナルケア・オンライン勉強会

8月25日、株式会社チームウェルさんと合同で勉強会を開催しました。講義いただいたのは、めぐみ在宅クリニックの小●竹●先生。小●先生は、これまで終末期医療の現場で活躍される傍ら、学校を中心に「いのちの授業」を展開。一般向けの講演も数多く行い、「ホスピスマインドの伝道師」と称されるほど。そんな方の講義とあって、Zoomを中心に全国各地から、医師、看護師、ケアマネなど40名を超える参加者が。テーマは『死を前にした人にあなたは何ができますか?』でした。

今回、発表の機会をいただき事例を共有させてもらいました。沢山の学びや気づきがありましたが、その中で印象的だったのが「私達は、相手を理解したと思うと、“相手の言葉を聴く”のを止めてしまう」という言葉。すごくハッとしました。“わかったつもり”になってしまい、声を聞くだけで言葉を聴けていないことってあるだろうなぁ、と。

小●先生の穏やかな声と寄り添う技法、何より軽快なトーク（歌含む?!）のおかげで笑いも起きる2時間でした。小●先生、貴重なご講義をどうも有難うございました。【M.M】

コスモスハウス おはな通信

99年と11か月の人生を完走！ 西●英●さん安らかに…

色鮮やかなコスモスのユニホームを着て行くと「わあー！綺麗、似合ってるわよ」と、いつも褒めてくれました。三味線と日本舞踊を長年、親しまれ、艶やかな写真からは楽しかった時を駆け抜けたのだと想像できます。

東京音頭の合いの手は有名でした。「元気出せ、元気出せ」の掛け声のおかげで楽しく盆踊りができました。99歳の英●さんの、最後まで芯のある生き方は見事です。

おはなの若造たちを天国から叱咤激励して下さいね。【T.I】

CosmosNEWS コスモスニュース

森●看護師が、特殊詐欺被害防止に貢献!

浅草警察から感謝状を頂きました。台東区でも、特殊詐欺被害が増えているとのこと。皆様どうぞお気を付けください！

初盆と納骨

7月13日、コスモスの納骨堂にて初盆供養をしていただきました。引っ越しに合わせて設けた納骨堂は1階にあります。仏さまやイエスさまなど宗派を問わず飾られているので、思いおもいの方法で故人を偲びました。

9月16日、光照院にて4柱の納骨式が行われました。コスモススタッフの他、故人に長く関わったケアマネさんたちも足を運んでくださり、吉●住職にお経をあげていただきました。安らかな眠りにつかれますよう、お祈りいたします。

第69号 2021年10月

本部 事務所 〒111-0021 東京都台東区日本堤1-1-7 訪問看護ステーションコスモス
☎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●● 編集委員:渡●・織●

先日、『83歳のやさしいスパイ』というチリ映画を観てきました。日本だと有り得ない手法のドキュメンタリー映画で、国は違えど歳を重ねるなかで出てくる様々な問題は、みんな同じなのだと思わされる作品でした。舞台は高齢者のホーム。ひとりの男性が内部調査目的で入居するのですが、淡々とした日常で起こる小さな出来事に心を痛めたり、寄り添ったり。介護の現場をありのまま見せることで、浮かび上がる孤独感や入居者の内なる叫び。忙しさの中でつい見過ごしてしまいそうな気づきを、そっと教えてくれたりします。読書に芸術の秋、皆さんのおすすめの作品は何ですか?【S.O】

ご寄附をありがとうございます

●●美様 尾●真●様
●恵●●様 山●順●様
天理教東大教会内 多●久●様
浅●曜●様 福●浩●様
(株)ラビオワークス 野●恵●●様
長●美●●様 中●由●●様
秋●日●●様 小●明●様
NEC 玉川総務部様 古●里●様

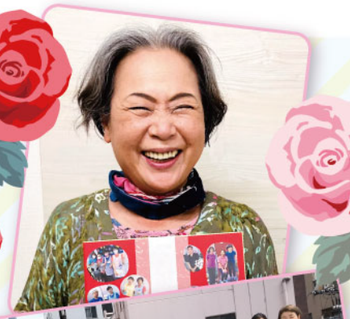
「いこいの間・コスモス」「コスモスハウス・おはな」に、多くの方から沢山のご寄附を頂きました。利用されている方々や私達にとって、大変有難く心温まるご支援です。この場をかりて、深くお礼申し上げます。

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）スーパーレジ袋 等

コスモス新聞

2021年秋 69号

おつかれさまでした!! ●●子さん



●さんへ 代表 山●眞●●よりメッセージ

●さんの助言には襟を正され、
笑顔には癒されました。
コスモスにとって、大きな大きな存在でした！
ありがとうございます♥

不惑を過ぎて3回転職、コスモスはその3ヵ所目の職場であった。病院の突然の早期退職者募集を経て臨床以外の働き方をしてみたが長続きせずハローワークに通うこと3回、さてどうしようかと考えていた時、昔の仕事仲間から訪問看護に誘われていたのをふと思いだし、履歴書を持参して向かった先がコスモスだった。

来てみたら代表は25年前にとある病院で共に働いたことがある人で、雇ってもらえることになった。対面一対一で且つ生活に密着した仕事は新鮮で、あっという間に時が過ぎた。次第に体力面が追い付かなくなり卒業を考えるようになり、今年看護職歴40年をひと区切りに決めた。未知のウィルスやら会社の立ち退きやら想定外の事象が襲ってきたが、約20年コスモスに身を置いてきた身としては、そのつど立ち上り立ち向かうコスモスの底力を見てきた。これからもその姿勢は変わらないと確信している。

そしてこれから老後を迎えるにあたり、色々と予習させて貰えた仕事だった。感謝と共に今後の発展を祈ります。

皆様ありがとう、元気で頑張ってくださいね。

コスモスの種

所長 平●智●
ICP2020＋第32回国際心理学会
(The 32th International Congress of Psychology)
で発表しました!

プラハで開催予定だったICP2020。初の国際学会の発表！ そして夢のプラハ！と胸を高鳴らせ、申し込みをしたのが3年前。コロナの影響で1年延期の末、オンラインでの開催となりました。世界でもっとも美しい都市プラハではなく・・結局はコスモスの会議室からの発表 time。

テーマは「Establishment of professional identity and improvement of care quality in home-visiting nurses（訪問看護師のアイデンティティが 看護の質向上にもたらす効果）」です。発表30分間は緊張と沈黙の時間が流れました。しかし終了後、インドネシアやロシアの方から「これこそが日本の文化」「日本の訪問看護は興味深い」などメールでの感想がきました。すごい！ グローバル！ コスモスにいながらも、ぐっと世界が身近に感じられる瞬間でした。

今後は、国際学会だけではなく日本での学会もオンラインがスタンダードになっていくでしょう。しかし、現地へ足を運び、直接研究者と顔を合わせるからこそ得られる学び、繋がりがあるように思います。物足りなさ、不安や寂しさも同時に抱く新感覚の経験でした。

ようこそ 柿●●さん

皆さん初めまして。8月からコスモスでお世話になっている柿●です。これまで東京、大阪、北海道、バヌアツ、東ティモールで働いてきました。訪問看護は初めてで、毎日ドキドキしていますが、利用者さんや他のスタッフの方々からいろいろなことを学ばせて頂いています。まずは体力をつけ、道を覚えて、沢山の利用者さんを訪問したいです。旅行が好きなので、コロナが落ち着いて国内外に行ける日を楽しみにしています。

デイサービスの一日

大人しくしている日々

新社屋へ引っ越したものの、コロナの影響によりカラオケができなかったり、飛沫ボードがあって動きが不自由だったり、北村音楽のレクでも大声でなかなか歌えなかったり、大人しく控えめにしている日々が続いています。それでも少しずつ工作活動を始めていて、七夕に始まり、季節の装飾がフロア内を彩っています。9月はコスモスと菊の花を、みんなで少しずつ作って寄せ集めた工作物が奥へ通じる通路の壁に飾られ、「秋の花道」になりつつあります。【K.S】

コスモス寿通信

横浜コロナ通信

十五夜も過ぎて、すっかり秋らしくなってきましたね！ 神奈川県の9月のコロナウイルス陽性者は、東京に近づく勢いで増えていたのですが、幸い街の中は数人程度だったようです。寿地区のワクチン接種状況ですが、職域接種的な方法で行った大規模な宿泊所が何件かあり、みなとみらいのハンマーヘッドなど周辺には大規模接種センターがあるため、大分進んでいます。コスモス寿の利用者様もすでに88%の方が終了しました（中にはどうしてもやりたくない方ももちろんいます）。そんな街の中に、ことぶき共同診療所の鈴●院長の啓蒙ポスターが貼られています。ワクチン接種をしても感染対策は続けましょうと。余談ですが、元町チャーミングセールは緊急事態宣言で延期され、10月23日からです。【T.N】

コスモスギャラリー

髙●光●様から妻・紘●様への絵ハガキ

お互いを尊敬しあい、仲睦まじく暮らしている髙●ご夫妻。ご主人が奥様に手渡した誕中見舞いには、裏の切手も味わい深い手描きのイラストになっていました。他にもたくさんご主人が描いたイラストが家に飾ってあり、訪問のたびに感されています。【Y.E】

旅立ち 相●●さん

“スロプロ!?”を貫いたアイちゃん

相●●さんは、みんなから「アイちゃん」と呼ばれて親しまれていました（本人は「キヨボー」と呼んでほしかった、みたいでしたが）。趣味は人形作りとパチスロ。アイちゃんのパチスロ談義をきいていると、独自のこだわりと作戦で毎回挑んでいることが分かりました。スロプロアイちゃんは、お金にルーズ…ルーズ…アイちゃんが元気な日は、パチスロで勝った日で、具合が悪い日は、負けた日。

肺がんが悪くなって病院に通えなくなった時、今後を話し合いました。今の部屋ではベッドや在宅酸素が置けない。何より、部屋は主治医も息切れするほどの急な階段を上がった4階で、外出するだけで肺と心臓に大きな負担になりました。でもアイちゃん、自転車操業だったから引っ越しがなかなか決心できず。そんななか体調を崩して入院。それを機に、とにかく説得して、コスモスアパートに引っ越すことになりました。本人は納得がいってなかったから、落ち着くまでに随分と理不尽なことも言っていました。でもアイちゃんの良いところは、言いたいことをストレートにぶつけ合うことができるところ。「アイちゃんひどい！そんなこと言われたら傷つく！」と言うとハッと気づいてすぐ反省（翌日また同じことを言う　笑）。

引っ越し後も、アイちゃんは酸素ボンベを引きずりながらパチスロに通っては破産して、心も体も具合悪くなって、お金が入ったら元気になって、また破産して…を繰り返していました。そのたびに分かりやすく落ち込みイライラするアイちゃんは憎めなくて、借金返済が遅れるのも「悪いなぁ」と言っては「心にもないことを！」と皆から突っ込まれるキャラになりました。ストレスがたまると、ずっと人形を作っていました。アイちゃんにとっては、パチスロも人形作りも、ストレス発散だったんだよね（パチスロはストレスの原因でもあるのか…）。

8月18日、アイちゃん大勝！！ 4万円勝った！！ って大喜びしていたら具合が悪くなりました。またいつものことだから少し入院してリセットして来てね、という気持ちで。アイちゃんも、ちょっと入院してくるよという気持ちで、救急車で送りました。そしてそのまま、アイちゃんは帰ってきませんでした。関わった皆に見送られ、お気に入りの人形と共に旅立たれました。

アイちゃん、短い間でしたが、言いたいことを言い合いながら、一緒に過ごすことができて楽しかったです。ありがとうございました。アイちゃんの一挙一動が、みんなを笑顔（苦笑込み！）にしていましたよ。天国でも、スロプロとして活躍していますか？

あんまり借金しないようにね…。【S.W】

山谷の語りべたち

藤● 武●●さん 79歳

1942年4月千葉市に生まれる。福島、宮城など各地で暮らし神奈川・鶴見の小学校へ入学。父の仕事の関係にて4年生で蒲田、5年生で台東区に転居。田端の中学校に通っていた。卒業後、17歳のときに友人からの誘いで日暮里にあるゴム会社へ就職。40代の頃にはフィリピンの工場へ現地指導者として派遣されていたことも。40年以上、職人としてゴム業界に従事。現在はコスモスハウスおはなにて暮らす。

時代とともに移りゆく山谷。この街をみつめてきた方々のお話は、たいへん貴重な記録であり、その語り部たちの言葉に耳を傾けていきます。

自分はゴム屋一本でやってきた。日暮里の辺りは革製品や靴屋が多かったんだよ。とにかく一番もうかったのは健康サンダルだね。足底がボツボツしている履物で、コンビって会社が話をもってきて。それをゴムで製造してほしいと頼まれた。型を造って焼いて。健康サンダルの大元を造ったのが自分だよ。実際に乗っかった時には、こんな痛いの履けるのかなぁと思ったけど、薬屋に置いたらこれがめちゃくちゃ売れて。もう24時間作っても間に合わないぐらい。お陰でビルが1棟建ったんだからすごいよね。

中学校が田端で、友達が山谷に住んでたからよくこの辺で遊んでた。どこのドヤも満杯で、中学の頃はドヤ1泊150円、ひと部屋4人くらいで畳3、4枚。ラーメンが50円ぐらい。店は構えてなくて屋台が多かった。引っ張ってきてさ、飲み屋、おでんや、10円寿司はよく食べた。ネタがショーケースに入ってて、全部10円。玉姫公園の方にあって、屋台みたいに並んでたから寿司屋横丁って呼んでた。ネタは5種類ぐらい、その時に安く仕入れたものが出る。鮮度はわりと良くて、椅子もなくて立ち食い寿司だった。

当時はいろはもアーケードがあったから、ドヤ代がなければ青カン(野宿)する。酒飲んで友達の輪ができて、いろんなグループがいたよね。酔っ払いが多くてぶっ倒れてるのもいるし、喧嘩してたりさ。ただ、不思議と怖いとは思わなかった。

1950年代半ばだったから、都電も走ってた。いろは商店街は商店が多く。あちこちに飲み屋も兼ねてるような食堂があって。朝は5時から開いてたよ。夜勤で帰ってきた人が食べに行くから一日中やってる感じ。人はまっすぐ歩けないほどすごかったし、手配師もいて。とにかく仕事があるから、飯、酒、ドヤ代…昔は一日働けば3日食べられる。そんな時代だった。穴掘りだってなんだって、昔はみんな人間の力が必要だった。いまは力じゃなく、機械を動かす頭が必要なんだよね。

土地がない分、建物が高くなってるから、ここ10年で見える風景が全然違ってきたね。商店街はアーケードがなくなり、商売やる人がいなくなり、シャッターになった。歩いても誰もいない、時代の流れだよね。

アルファ米をいただきました！

SHARE(国際保健協力市民の会)の西●様のご紹介で、アルファ米の寄付を頂きました。9月27日のお昼、スタッフにて早速、作業開始。混ぜご飯の良い香りが事務所に漂います。スタッフみんなで試食をし、利用者様にも配らせていただきました。「美味しかった！」と味も好評でした。【A.T】

・めだかニュース・

訪問看護の現場から

「おはようございます、コスモスです」

私の朝は、コスモスアパート在住のUさんの内服介助から始まる。ドアの向こうのUさんからは「ちょっと今それどころじゃないんで！ おしっこ出してるんで！」とつれないお返事。Uさんの目下の悩みは「おしっこが出ない」こと。いや、Uさんに挿入された尿道留置カテーテルからは見事なお小水が流れ出ており、Uさんもマメに尿破棄され、たまに尿バッグの存在を失念されて引きずったり踏んづけたりしてはいるものの、立派にカテーテルの管理をされているのだ。

それにも関わらず、ひどい時には数分毎にトイレに座り「出ないなあ」と実に悩ましげにため息をついているのである。対する私も、ため息をつきつつ、ルート内の尿を見せて、百回以上は繰り返した説明を今日も繰り返し、安心して頂けるよう関わっているのだが…。

このようにして始まる私の一日は、その後多い日には10回以上事務所を訪れるUさんの訴えに一喜一憂（憂の方がはるかに多い）しながら過ぎていく。対応して下さる事務スタッフの方に感謝である。

悩めるUさんも、それに対してうろたえる私も、結局同じ人間。人の悩みとは尽きないものだなあと実感する。せめてUさんには、その豊富な空想力（妄想力？）で、尿管をベッドの様に意しんで大事に扱ってほしいと思う今日この頃である。【K.K】