コスモス新聞・初夏

2026年
初夏
83号

追悼 鶴岡和代さん

私がコスモスに入職してすぐの頃、I看護師に同行して、はじめて鶴さんを訪問させていただきました。日当たりの悪い、薄暗いアパートの一室で一人暮らし。当時すでに、日常生活動作の全てに介助が必要な状態で、24時間、介助者さんをつけて暮らしていました。当時の私は、その姿がどんな苦労の上にあるものなのか、想像できませんでした。それほど、それが当たり前に、自然に見えたのです。

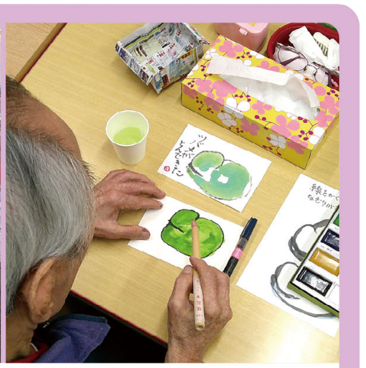
鶴さんとの出会いで、障がい者の自立とは何なのか、考え、そして、実際にこの目で見て、関わる機会をいただきました。脳性麻痺の当事者で小児科医の熊谷晋一郎さんは、「障害者の自立生活運動は『依存先を親や施設以外に広げる運動』だと言い換えることができると思います。」（TOKYO人権第56号 2012年11月27日発行）と書いています。鶴さんは人並外れた行動力で、たくさんの依存先を獲得し、「地域」での一人暮らしを実現してきました。「権利というのは与えられるものではなくて、自ら勝ち取るもの」と、台東区の障がい福祉サービスの礎を築き、自分だけではなく、多くの同じ障がいを持つ人たちの自立生活の実現に貢献してきました。

沢山の思い出がありますが、特に印象的なのは、鶴さんの付き添いで一緒に舟木一夫のコンサートに行った時のことです。ファン仲間に話しかけられている鶴さんを見て、こんなふうに推し活しながら一緒に年をとっていけるなんていいなぁって、羨ましく思いました。人工呼吸器を付けてリクライニング車椅子に乗って、いつもはかけないメガネかけて、見逃すまいと大好きな舟木を見つめる鶴さん。お年を召したファン仲間から、心強いと思われたに違いありません。そんな鶴さんの後ろで私は、コンサート中にアラームを鳴らすまいと…舟木のバラードが流れる中、呼吸器の波形をじーっと見つめていました。

鶴さんは、「いつ死んでも良い!」と言いながらも生きる気満々だったので、体調を崩した時にもまた復活すると根拠もなく信じていました。こんなに早くお別れになるなんて、まだ信じられない思いです。鶴さんを偲ぶ会には、若い頃の鶴さんが団交や座り込みの現場にいる写真が沢山ありました。鶴さんかっこいいなぁ、私も一緒にやりたかったなぁ。その当時に想像を広げると同時に、寂しさが込み上げました。

もともと鶴さんは用意周到な人なのですが、ご自身のお墓までチャッカリ準備して逝かれました。台東区清川・光照院の墓地の一角、鶴さんそっくりの美肌のお地蔵さん。名前は、「和楽地蔵」。穏やかな微笑みで私たちを迎えてくれます。自由になった鶴さんの魂はほとんどお留守かも（?）しれませんが、これからは近くに行ったらひと撫でして、鶴さんのことを思い出したいです。鶴さん、今まで本当にお世話になりました。これからも天国からの「鶴の一声」が聴こえる自分でいられるよう、鶴さんが教えてくれたことを胸に私もがんばりますね！【S.W】

デイサービスのいちにち



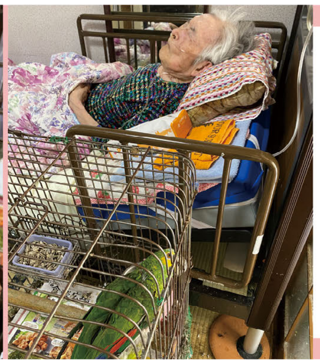
＜プランターが増えました＞

ゴールデンウィーク前に何やらプランターが新しく増え、利用者さんが土作り～種まきまで作業を手伝ってくれました。ゴーヤ・きゅうりが日に日に生長しています。（虫対策は大変）大葉は早めに収穫されて冷奴の上にのせ、その日の昼食で食べてしまいました。

＜午後の活動から 絵手紙＞

毎月1回、先生が来てくれる午後の活動『絵手紙』。この日の題材は『そら豆』、それぞれの性格が出ています。言葉の所では『まめになりたい』とか『小さい頃のおやつだよ』とか…色々。このレクは、終わったあとみんなニッコリ!【K.S】

我が家のペット自慢



Kさんと共に生きるゆきちゃん

ゆきちゃんはKさんと50年ほど一緒に生活を送っています。主に食べる餌はひまわりの種ですが、Kさんは自分の食べているゼリーやおかずをあげることもあります。Kさんの様子がおかしいと「お母さん!」と鳴いたりしています。Kさんが元気だとゆきちゃんも元気に。お互いがお互いのために生き続ける日々を送っています。【A.M】

お知らせ

3月19日 納骨

光照院へ3名の方々を納骨し、故人を偲びました。

コスモス総会

5月29日

コスモス総会が行われ、無事に各議案が承認されました。

おたより

竹の花が開花

利用者さまのご家族より、たいへん珍しい竹の花のお写真が届きました!『「タイミンチク」という竹の花が咲いたと聞いて、向島百花園に行ってきました。60～100年に一度咲くと言われる、珍しい花です。』

地域ケア連携をすすめる会

3月14日、地域連携をすすめる会・山谷スタディーツアーにてコスモスの理念や業務内容の発表をいたしました。様々な事業所の方の支援内容も情報共有し、有意義な時間となりました。参加してくださった方々ご協力ありがとうございました。【C.O】

第83号 2026年6月

発行責任者：M.Y　編集委員：S.W・S.O

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

TEL 03-3871-7228　FAX 03-3871-7229

URL https://www.s-cosmos.org/　MAIL s.cosmos@cronos.ocn.ne.jp

話題本になってる朝井リョウの小説『イン・ザ・メガチャーチ』を一気に読了。これ、テーマが推し活のファンダム経済なんですが、今回記事にもなっている鶴さんは、「推し活」という言葉が生まれる前から昭和の御三家・舟木一夫の追っかけでした。呼吸器がついてからも車椅子でコンサートへ繰り出し、目をキラキラさせてグッズを見つめる姿に、誰かの「好き」は大変尊く、まわりをも元気にする力があるんだなと思いました。鶴さんに会いたくなったら光照院へ。お地蔵さまは、なでると美肌になるって噂です。【S.O】

ご寄付をありがとうございます

M・T様　K・W様
K・Y様　A・S様
H・N様　E・W様
H・S様　H・N様
Y・Y様　M・S様
かんきょう協同組合K・Y様
(有)オライビパアフK・P様
S・H様　M・I様
A・A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。

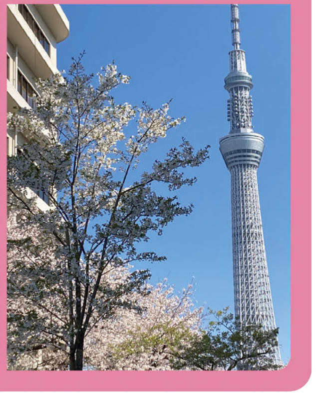
皆様からのご寄付をお待ちしています。

下着（未使用）・靴下（未使用）・衣類・タオル 等

季節の行事

三社祭

お花見



お誕生日会 H・K様

4月28日、コスモスデイサービスをお借りして、Kさんの78歳の誕生日会を開催しました。Kさんがろうそくの火を吹き消した後、Happy birthday の歌を歌って、みんなでKさんをお祝いしました! 江戸時代の農民一揆を主導し、弱者の味方だったヒーロー「黄瀬文吉・平三郎親子」の子孫であるKさん! お誕生日おめでとうございます。どうか、これからもお元気で!【T.N】

避難訓練を実施しました

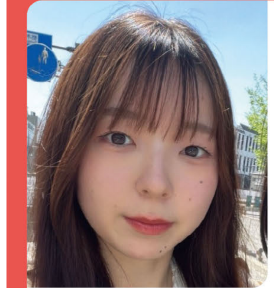
3月26日、「コスモスアパートにじ」の火災を想定した避難訓練を行いました。当日は冷たい雨だったために室内での訓練となりましたが、デイサービスの利用者さんにも参加していただきました。日本堤消防署の署員の方々に指導していただきながら避難の流れを確認し、エア消火器を使った消火訓練も体験しました。毎年行っている訓練のためか皆さん落ち着いてスムーズに避難することができました。これからも「火の用心」を心がけていきましょう!【Y.E】

コスモスニュース

3月、一般社団法人「反貧困ネットワーク」より「貧困ジャーナリズム大賞2025」の発表があり、自著『山谷をめぐる旅』が貧困ジャーナリズム賞に選ばれました!

これからも看護師だからこそ見える風景、聴こえてくる声を大切に、記録として残す営みを続けていければと思います。応援してくださった皆さまへ、心から感謝の気持ちを伝えたいです。ありがとうございました!【S.O】

おつかれさまでした K.Aさん



中学生の頃から時々「いこいの間」のお手伝いをさせていただき、大学からの約6年間は週一日のアルバイトとして大変お世話になりました。学業との両立が大変な時もありましたが、皆さんの温かいサポートがあったからこそ楽しく続けることができました。おかげさまで無事に国家試験に合格し、現在は薬剤師として働いています。コスモスの皆さんから学んだことを大切に、これからも一生懸命頑張ります。長年にわたり、本当にありがとうございました。

コスモスハウスおはな通信

T.Nさん

大相撲の試合をテレビ観戦中、お気に入りの力士が優勝し、拍手をしながら涙ぐんでいました。若い頃は村相撲や消防団で力自慢をしていたそうです。頼もしい方がおはなに仲間入りです。

K.Kさん

日中は、CDラジカセを抱えて歌謡曲を聴いて過ごされています。早速コスモスデイサービスを利用されカラオケで田原俊彦の曲を歌ってきました。おはなで一番若い昭和世代です。【T.I】

りんりん隣輪ふぇす山谷 vol.13

4月16日、玉姫公園にて開催された「りんりんふぇす」。山谷での開催が3回目となる今年も、救護室担当で参加してきました。神社では靴祭りも行われており、お天気も良く会場も大賑わい。寺尾紗穂さんの美しい歌声でスタートし、ソリケッサのダンスや、「山谷の昔、今、そしてこれから」と題した座談会のほか、恒例のカラオケ大会は今年も盛り上がりました! 美味しい屋台もずらりと出店、ベトナム春巻き美味しかったです。【S.O】

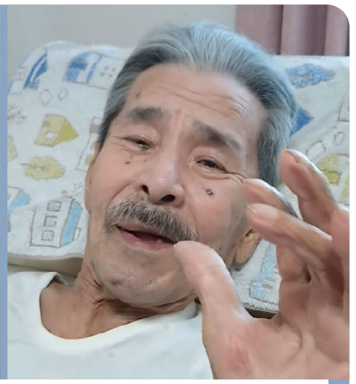
「韓国・日本 訪問看護師連携研修会」に参加しました

2008年に介護保険制度を導入した韓国では医療と介護を一元的に支える仕組みが整い現場の訪問看護師が在宅ケアの中心として活躍されています。多くの看護師が経営者として「ありたい看護」を自ら実現しています。

今回そんな韓国の療養所や在宅ケア施設を実際に訪問し、現場の経営者や訪問看護師との交流研修会に参加してきました。韓国の訪問看護ステーションとの交流会は2023年より始まり、学会や研修会を定期的に開催しております。今回も制度や環境に違いはありますが利用者様の立場でケアを勧めること、想いに寄り添う大切さはどこの国でも共通であると強く感じました。

現地スタッフの方との意見交換会でも(通訳を介してでしたが)時間が足りない位お互いのステーションの実践を話し合い、刺激的な時間となりました。【K.U】

旅立ち K.Nさんを偲んで



Nさんは昭和14年の福岡県大牟田生まれ、日中戦争の最中でした。鉱脈を探す仕事をしていた父の転勤のため、5人家族で北朝鮮に移住し、終戦後帰国。校舎がなく青空教室だったそうです。その後、父の転勤で静岡県の下田に転居。日大法学部に進学、東京スポーツの広告関係の仕事をし、ご両親はNさんが看取ったと。

その後、いろいろあり隅田川の東屋に寝泊まり生活。年金があったため、空き缶回収をしながら仲間にお酒を奢ったり、中古自転車を買い面倒をみていたそうです。具合が悪くなり、山友会のJさんに頼んで入院し、簡易旅館へ。コスモスが訪問するようになりましたが、徐々に自力で外出できなくなり、コスモスアパートゆいに入居され、大好きなタバコを吸い、お酒を飲み、朝方に寝て昼に起き、コーヒーを飲んで電動車椅子に乗り、ゆいの前で日向ぼっこをするのが日課でした。

晩年は難病で動けなくなり、コスモスハウスおはなへ転居。食事量がへった時、トーストを焼いてもらい喜んでいたNさん。入院はしたくないと最期までおはなで過ごしました。ぶっきらぼうな人でしたが、ケアの後には皆に「ありがとう」と言うようになりました。向こうで、ご家族と再会できたかな。電動車椅子で悠々自適に走っている姿が目に浮かびます。【M.I】