コスモス新聞・秋

2026年 秋 84号

開催!! 隅田川花火大会

7月25日(土)







屋上はとびきりの観覧席です







かき氷は手作りです!

夏のコスモス恒例行事、隅田川花火大会を今年も開催することができました。総勢50名ほどが参加し、食事や飲み物を楽しんだり、屋上から夜空に上がる花火を眺めたりと、夏のひとときを楽しみました。飲み物や果物の差し入れもいただき、ありがとうございました! 来年も良い天気に恵まれ、みんなで花火を楽しめますように。【M.K】

M.Sさん ようこそコスモスへ



茨城県出身です。今年3月に東京に来て、4月から山友荘のボランティアとして活動していました。

この度、9月からコスモスで働くことになりました。掃除の仕事は初めてなのですが、入居者の方が気持ちよく過ごせるようがんばります。よろしくお願いします。

H.Iさん おつかれさまでした



コスモスでは15年間、色々なアドバイスをいただきながらおはなやアパートで働くことができました。お世話になり、ありがとうございました。

これからも、体を動かすということを意識しながら生活していきたいと思います。

障害者アート研修

アートをめぐるフィールドワーク in 関西





9月3日～4日、PARC自由学校主催の研修に参加してきました。大阪市阿倍野区にある福祉事業所「アトリエコーナス」、そして滋賀県甲賀市で独創的なアート作品を生み出し続ける障害者施設「やまなみ工房」。どちらも働くスタッフさんの雰囲気が良く、その空気が利用者さんにも伝わり安心して過ごせていると感じました。美術のプロとして指導するのではなく、利用者さんがどうしたら楽しく幸せな日々を送れるのか、彼らの行動を見守りながら、いち観察者として、伴走者として、好きなことをとことん伸ばすスタッフさんの姿勢に感銘を受けました。【S.O】

コスモスハウス おはな通信



7月7日の七夕の日におはなに入所されました。彦☆星様のように思いが強く、部屋の片づけなど几帳面な所もあります。名前の様に頑固な一面もありますが、お手伝いした後は必ず「ありがとうね」と労ってくれます。菓子パンは別腹だと、毎日、楽しみにされています。【T.I】

お彼岸

9月17日、光照院にて故人を偲びました。



夏野菜を収穫しました!

デイサービスの皆さんが育ててくださった夏野菜を収穫しました! 大きくて美味しそうな野菜たち♪ 収穫後はサラダ等で美味しくいただきました! 【R.K】





コスモスニュース



S.W Nsのお母様で、日頃からコスモスのデイサービスで「絵手紙」のボランティアをしてくださっているK.Wさんが、このたび全国公募 第9回 日美展〈絵画部門〉にて「最優秀賞」を受賞されました! 受賞作品は、色鮮やかな鯉のぼりを描いた「風薫る五月 笑顔の一日」。Wさん、本当におめでとうございます!

ご寄付をありがとうございます

E・W様
K・Y様
A・S様
H・N様
K・K様
K・W様
(有)オライビバアフ K・P様
(株)ルフトツヴァイ E・U様
Y・Y様
K・R様
Y・Y様
M・N様
T・K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

第84号 2026年11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　URL https://www.s-cosmos.org/

FAX 03-3871-7229　MAIL s.cosmos@cronos.ocn.ne.jp

夏から秋にかけて、気温の変動や台風、長雨があり、そのせいか、体調を崩す人が多かった印象でした。調べてみたところ、「気象病」では、自律神経が乱れることで体調不良となり、免疫機能が低下したりするそうです。対策の一つとして、太陽の光を浴びることが推奨されていました。秋晴れの日には、太陽を浴びて深呼吸してみてはいかがでしょうか。

9月から、コスモスは東京都訪問看護教育ステーション事業に参加することになりました。見学や体験を随時受付中です。ご興味のある方は是非、ホームページをチェックしてみてくださいね! 【S.W】

NPO学習会

7月10日 田村 勝弘 先生

7月10日、川越少年刑務所法務教官の田村勝弘先生をお招きして、「出口支援のための制度と地域で関わる他職種に期待される役割」というテーマでお話しいただきました。

そもそも、少年刑務所と少年院の違いや、法務教官とはどのような役割なのか？ などがわかっていない素人の私たちですが、先生が一から丁寧に教えてくださいました。刑務所に来る人たちの背景や、刑務所の中でどのようなプログラムが行われているのか、出所にあたってどのような準備をしているのかなども伺うことができ、出所後に関わる事が多い私たちに求められる役割を考える機会となりました。田村先生には、HとWがボランティアで行っている横浜リカバリーコミュニティー（YRC）で出会い、日本「性とこころ」関連問題学会の学術研究大会にもお誘いいただくなど、たくさんの学びをいただきました！ 今回の学びを生かし、今後も連携しながら、私たちがより良い「出口」となり、その後の生活のお手伝いができればと考えています。【S.W】





9月18日 本田 徹 先生

これからの社会を担ってゆく若い人たちにも、本田イズムを体現してほしいと今回の講演会を依頼しました。

本田さんは青年海外協力隊でチュニジアへ行き、長野佐久で農村医療を学び、長年シェア（国際協力市民の会）で海外支援を行ってきました。山谷では山友会でボランティア医師として働き、コスモスとの連携では山谷地域の訪問診療を続け、そして現在は原発事故後の飯舘村へ行き、地域の診療を続けています。ブレないその行動力と精神からは、多くの刺激と学びをいつももらっています。格差社会において、誰もが排除されない社会「誰一人取り残さない」を目指すべきだと提唱し、プライマリーヘルスケアとは何かと問い、地域住民が主体となって健康課題を総合的・平等に解決していくため理念およびアプローチが必要であると話されました。AI時代に人間の主体的な思考を保ち、 AI自動化のワナを避ける必要性も説いています。講演会では人としてのあり方の原点に戻り、多くの学びを得ました。忘れられない、心に染みる講演会でした。【M.Y】





褥瘡学会 日本褥瘡学会発表を終えて

今回、訪問看護に伺っている利用者様のウェルビーイング（心身の豊かな幸せ）をテーマに学会発表を行いました。様々な環境や生活背景の利用者様の「一人ひとりの人生に寄り添い、その人らしい生活、希望や安心をお手伝いしたい」そんな思いで訪問をしてきた日々をまとめひとつの形として発表させていただきました。訪問看護は暮らしと心を支えることも大切な仕事のひとつです。今回の発表で振り返ることのできたことを、これからの学びにしていきたいと思います。【K.U】





第8回 日本在宅医療連合学会大会に参加しました

7月4日～5日札幌で開催された第8回日本在宅医療連合学会大会に研修で参加してきました。在宅医療に携わる医師・コメディカルが集まり最新のトピックスが議論される熱気あふれる大会の中、普段からお世話になっている二刀流の緩和ケア医廣橋先生も発表されご活躍でした！ 来年は東京国際フォーラムで開催です！【M.I】



看護フェスタ2026 ナースプラザ ミニ講義

5月16日、東京都看護協会で実施された看護フェスタに参加し、訪問看護の仕事について紹介させいただきました。私は訪問看護の担当だったのですが、他にも、山岳看護師、離島で働く看護師、ドクターヘリに乗るフライトナースのお話がありました。みなさんのお話を伺って、それぞれの現場のやりがいと大変さ、そして、同じ看護師でも自分とは全く違う世界があることを知り、とても楽しく有意義なひとときでした。【S.W】

雷門 盆踊り





コスモス盆踊りチームは今年も 8月19日の東本願寺、9月5日の雷門で開催された盆踊りに参加しました！ お揃いのピンクTシャツで元気に踊り、注目を浴びていたとかいないとか（笑）踊った後のビールは最高でした！【Y.E】

デイサービスのいちにち 敬老会

9月の恒例行事として今年も敬老会を開催しました。夏祭りに続いて『コスモス盆踊り保存会』が再結成。そして…ボランティアで登場してくれたのが、芝居で舞台に立っていたというNさん。台本なんか何も見ずに15分程、『まぶたの母』のお題での朗読をして下さいました。大きな拍手の見事な講談でした。最後に、敬老カードの授与式、当日来所されていた利用者さんの中から『喜寿』『卒寿』の3名が代表して受け取りました。参加出来なかった他曜日の利用者さん達は後日、カードの進呈となりました。【K.S】





旅立ち E.Yさん

平成25年6月におはなに入られた時は30代後半の若さ。色白で笑顔の素敵な美人さんは、あっという間にコスモスの人気者に。ご家族が「寂しくない様に」と部屋に飾った写真には愛くるしい活発な少女が映っていました。ベッド上での生活が長く続いていましたが、コスモスの行事に参加、クリスマス会で「負けないで」のカラオケに合わせ思いっきり口を開けてリズムをとっていた姿。隅田川の花火を椿診療所の前まで行きご家族と一緒に見上げながら「おー!」と歓声を上げていました。日曜日の午後6時「ちびまるこちゃん」の♪タッタタラリラ♪を聞くたびに首を左右に振るEさんが思い出されます。

お部屋でスマホ動画を見ながら、お花見やクリスマスツリー巡りや上野・三ノ輪駅前・泪橋交差点では車やバイクに目を輝かせて、聴けばバイク大好き！ お若い頃バイクに乗っていて大切な思い出が詰まっているそうです。大好きな福山コンサートではお気に入りの「家族になろうよ」「クスノキ」を身体を揺らしながら何度もリクエストされました。そして離れて暮らすご家族の写真を見つめる姿は「♪～どんなに離れてても心はそばにいるわ～♪」と、ご家族への深い想いを伝えているようでした。

クスノキのように、それでもなお生きることを身をもって教えて下さったEさん。おはなで過ごした13年はどうでしたか？ 部屋の前を通る度にEさんへの感謝とともにEさんを思い出しています。【H.S、T.I、K.K】



