



第 41 号 2020 年 6 月

発行者：NPO 法人 介護の家コスモス男山

〒614-8372 八幡市男山笹谷 4-2 D19-106

TEL：075-983-2737 FAX：075-983-2746

e-mail：kosumosuot@gol.com

ホームページ検索用語 ⇒ 「コスモス男山」

<https://kosumosuot.sakura.ne.jp/hp/>

## 「コロナ」に思う

若い頃は、桜花に始まる芽吹きのはらは、嫌いな季節でした。

三月のさくら 四月の水仙も咲くなよ 永遠<sup>とわ</sup>の越冬者たれ 福島泰樹

でも今は、桜の季節の訪れを、心から嬉しいと思う様になりました。

自然界の命の深さを、こんなに愛おしく思えるように変化したのは、自身の生命力が衰えたから?!そう思い至った時、自分も、この大地とつながっている存在なのだと実感したものです。

この実感は私の思い込みに過ぎないかもしれませんが、新型コロナウイルスは、私たちが生態系に連なる生き物であることを強烈に教えてくれました。

現代文明下の社会が、ウイルスによって、こんな風に、地球規模で連鎖反応をおこして壊れていくのか…。大きな衝撃でした。目を凝らして視ていると、この事態が、生態系への際限ない進出などの、人間の営みが濃密に増幅された結果らしい、ということもわかってきました。



緊急時には、平時の姿勢が突出した形で見えてきます。想定外のことが多く失敗もあるでしょうが、危機管理下の施策は、やはり雄弁です。従業員5人以下の小企業が全企業数の9割弱、全雇用者数の4割を占める日本では、休業補償は特に急ぐべきものでした。また、働くシングルマザーや子どもの貧困率が先進国でも群を抜いて高い状況で、受け皿なしの唐突な休校も疑問でした。

大規模災害や感染症への危機対応を、歴史に学びながら丁寧に考えることは、実は平時の事業の質そのものを問う作業なのだと思います。コスモス男山でも、心して向き合っていきたいと思っています。

コロナの出口はまだ見えないけれど、あちこちで創意工夫に満ちた支援を生み出している人たちがいる。そして、感染予防に向けて、誠実に、自分のなすべきことをやり続けている人たちがいる。

これらの心意気こそ、「持続可能な地球」への道を歩むエネルギーになる、と信じています。そして私もその一員でありたい、そう思います。

理事 萬田 久美子

# コスモス アラカルト

## ひな祭り



幼いころから「ひな祭り」が近づくと春の訪れとともに心がウキウキするものです。コスモス男山でも毎年、おひなさま飾りを手作りし、「ひな祭り」をお祝いします。

みなさんが、現代の名工、人形師になって、ウキウキした気持ちで「壁飾りのひな人形」を手作りしました。金色の飾り糸に扇、お内裏様とお雛さま、桜の花びら、菱餅、そしてぼんぼりをあしらったミニお雛様を作りました。牛乳パックに何色かの毛糸を巻いて作ったぼんぼり。それを形よくハサミで切りそろえる作業がみなさんのお気に入りでした。

協同作業は、みんなで作り上げる達成感があり、作る工程に楽しい時間が流れます。

休憩時間にあられや白酒ができれば、気持ちは、すでに“お内裏様とおひな様 二人ならんですまし顔”になりますが、それぞれの作品を家に持って帰り、「ひな祭り」を楽しむことにしましょう。

## 端午の節句

五月晴れの空に舞う鯉のぼり。とても美しい風景ですが、少子化や住宅事情で見かけることがだんだん少なくなりました。近くにある鏡伝池では、寄付で集まった鯉のぼりが沢山泳いでいます。池の鯉が驚いていることでしょう。

コスモス男山では、鯉のぼりを手作りします。細かいパーツを作りながらですので、細心の注意が必要になる作業ですが、手先の運動にもなります。

パーツを作っている最中は仕上がりが見えないので、混乱することもあります。ワイワイガヤガヤと言いながら仕上げます。きっと、鯉は、薫風に乗って、滝を登り、新緑の山々を巡り、天空を泳いでいくことでしょう。作業後、みんなでお茶を頂けば、至福の時になります。



## 地域講座 アロマでハンドマッサージ

「アロマコンサルティング CHEERS」代表の松本真規子さん（\*）を講師にお願いして、アロマのトリートメント・オイルの作り方やマッサージの仕方を学びました。



さすがに美と健康の講座には人気があり、地域の方、利用者さんなど 20 人の参加を頂き、大賑わいで、とても好評の催しとなりました。

植物から香りのエッセンスを抽出した精油（エッセンシャルオイル）の利用は、心身の健康維持や美容に効果があり、古来から伝わる自然療法です。アロマセラピー（フランス語圏）やアロマセラピー（英語

圏）と言われている芳香療法は、香りを嗅いだり、希釈した精油を使って、皮膚などから取り入れることで、心身に役立つ療法とされています。

実際にラベンダーとオレンジの二種類の芳香を嗅いだら気分がほぐれ、自分や相手の手、指をマッサージすると徐々にリラックス効果が現われました。

体が自ずと開かれ、これまで以上に打ち解けて、心地良い関係が増幅され、笑いが飛び交いました。松本真規子さんの熱心なご説明とお人柄の「芳香」が相まって、上質な時間が過ぎ、とても良い一日でした。

市販のアロマオイルの中には、人工香料を使ったようなものもありますので、100%天然植物由来のエッセンシャルオイルを選び、取扱いに注意して、使用することが大切だそうです。購入の際には、お店の人にしっかりと尋ねるようにしましょう。



\*ネット検索語⇒「アロマコンサルティング Cheers」 <https://www.facebook.com/cheers.aroma/>  
注：2 頁の「ひな祭り」、「端午の節句」、この頁の「アロマでハンドマッサージ」については、「NPO 法人介護の家コスモス男山」のホームページの「日常の活動」でも紹介しています。

## 職員研修報告

### 「認知症介護実践リーダー研修」に参加して

介護主任 武元 美由紀

10日間の講義と職場での実践研修に参加しました。認知症の専門的理解、実践リーダーの役割とは何か、チームにおけるケア理念の構築方法など多岐にわたって学ぶことができました。

この中で職場での人間関係一同僚に対する接し方についてヒントを得、その一端を報告したいと思います。特に印象に残ったのはものの考え方についてでした。

事例研究では、想定ストーリーに登場するある人物の評価を巡って意見を述べ合いました。この人物に対して大方の意見は否定的であり、肯定する方は全くありませんでした。次にその人物に対して擁護する意見を出して下さい、という課題を与えられました。今度は、この人物に対して肯定的な意見が次々に出されました。肯定する内容は様々ですが、色々な角度からの見方で、まるでその人物が先程の方とは別人であるかのような印象を持ちました。

ものの見方、考え方の視点を少し変えるだけで、否定的な面でも見方によってはその反対の評価も可能になるという事が分かりました。研修ではいくつかの班が作られ、私の属した班では自由に発言できる雰囲気があり、気兼ねなく意見を交換する事が出来ました。

物事の現象を一つの方向からのみ見るのではなく多角的複眼的に観察することが大切だと考えさせられました。併せて、この考え方を現場(職場)の人間関係の中でも生かせるのではないかと思います。

### 「喀痰吸引の研修」を終えて

介護副主任 栗山 かおる

この研修を受講し資格を取得するまで本当に長い道のりでした。無事、研修を終えることが出来たのは周りのみなさんの励まし、支えがあったからに他なりません。

講義では、介護職員が喀痰吸引する目的や、又、医療行為である為、医師、看護師との連携、そして何よりも利用者への尊厳の重要性、身体の構造等、詳しく学びました。

喀痰吸引をすることは人命に深く関わる事であるため技術、知識をしっかりと身につけていかなければと深く思いました。コスモス男山での実地研修では、利用者さん、職員のみなさんの協力がありました。改めてコミュニケーションの大切さを感じました。今後、この研修で学んだ体験を十分生かすことが出来るよう、利用者さんに寄り添った介護を目指して日々精進したいと願っています。

<注> 栗山は、この研修後、喀痰吸引従事者資格を取得しました。コスモス男山も実施事業所として京都府より認定されました。



俳句

- 葉桜のひろがる影に眠る街
- 幼子らの長滑り台青楓
- つつじ燃ゆ肘まで上げるシャツの袖

みやこ

- 夏はじめレモンの花のピンク色

- 「造花みたい」首をかしげる芥子の花

- 夏つばめ信号無視も得意技

かつら

- 心こころぜんぶ話すと決めて来し

- ダチュラの花に羽根あらば受胎告げむ

- 墓出ひきでて親鸞に似る鼻あなの孔

信

短歌

- コロナ禍を地球の叫びと断じつつ

「ベスト」枕に我一人微睡む

- 紀國を訪う人の多かりし

炭焼き人は果無の山と呼ぶ

登志恵



川柳

- ジーンズの破れもこの世のわびとさび
- 閉じこもるコロコロコロナ太りかな

かつら

- コロナヘイトにコロナ詐欺

ドサクサ紛れの改憲論

- コロナ特措法憲法違反の匂いあり

- 設計ミス百五十億円辺野古風

コスモス童

利用者さんの手作り貼り絵  
明るく、ゲンキに！



**コスモス文庫** ー以下の本を新しく購入しましたー

書名	著者	発行所
資本主義と闘った男	佐々木実	講談社
認知症になってもひとり暮らし	社福協 共同福祉会	クリエイトかもがわ
反逆老人は死なず	鎌田慧	岩波書店
安楽死特区	長尾和宏	ブックマン
清原日出夫歌集(現代歌人文庫 18)		国文社
赤狩(漫画) 1~6 巻	山本おさむ	ビッグコミック
扉を開けて ーひきこもり、その声が聞こえますかー	共同通信ひきこもり取材班	かもがわ出版
信長、天を落す	木下昌輝	幻冬舎
平将門の乱を読み解く	木村茂光	吉川弘文館
終の盟約	楡周平	集英社
ルポ沖縄、国家の暴力	阿部岳	朝日文庫
国策不捜査	籠池泰典	文芸春秋
信長、天を誅する	天野純希	幻冬舎
過労死 110 番 ー働かせ方を問い続けて 30 年ー	森岡孝二他編	岩波ブックレット
追想にあらず	三浦俊一編	講談社

事務局より

**みなさまからご寄付を頂きました。**

- ・「ふきよせ」さん、職員Mさんより捨て布を
- ・関東さんより各種野菜を
- ・駒井さん、峪口さん、家村さんよりマスクを
- ・和田さんよりタオルを
- ・藤井さんより什器類、その他を
- ・ご家族さんより消毒液、菓子類を
- ・匿名さんより切手 9200 円分を



**有難うございました！**

ご苦労様でした。一原田ゆかりさん、河上高志さん、森本玲子さんが3月を以て退職されました。

**「コロナ」対策の中で**

国は、5月14日、京都府を含む8都道府県を「緊急事態措置を実施すべき区域」に再指定しました。八幡市においても5名の感染者が出ており、全く予断を許さない状況が続いています。

事業所においては、利用者さんと職員自身の安全を守るために、職員は所内の消毒、手指の消毒、ウガイの徹底、マスクの常時着用はもとより、三密(密閉、密集、密着)を避ける様々な工夫をしています。

現在3名の利用者さんが自主的に利用を中止されており、事業所としても通い(デイサービス)の時間短縮等を検討しているところです。

一刻も早くこの「コロナ禍」が終息するよう祈るばかりです。

2020年5月15日 NPO 法人介護の家コスモス男山

\*当号より、発行月を次のように変更しますー2月(←1月)、6月(←5月)、10月(←9月)。 \*\*「編集後記」を休みます。