

第 42 号 2020 年 10 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/>

NPO 法人の世代交代を迎えて

先日、法人の定款を見直すため十数年振りに五条河原町にある「京都市市民活動センター」を訪れました。「NPO 法人介護の家コスモス男山」の事業を次世代に引き継いでもらいたいという熱い想いを実現させるために、定款を時代に則した内容に改訂しようと考え、足を運びました。発足当時、事業の柱となる定款づくりのため活動センター、所轄庁へ 10 回ほど通いました。何しろ手持ち資金は無く、従って行政書士に依頼するお金も無く私たちのフットワークでやり遂げました。地域社会の中で私達のミッションをどの様に形あるものに変えていくか、という強い志が後押ししてくれたのでしょう。当初、集った方々の問題意識は様々でした。合成洗剤に反対する人、安全な食べ物を求める人、子供の教育に関心のある人 etc。彼、彼女たちの大きな支えが力となり、試行錯誤を繰り返しながら今日に至っていると思います。



新型コロナウイルスの世界的な拡大を機に、アルバール・カミュの「ペスト」を読み返しました。書中、ある牧師が「これは人間の罪に対する罰である」とペストの蔓延を断じました。豊かで便利な生活と思わされて大量生産、大量消費による環境破壊の現状が「罰」に該当するのではないかとフツと思いました。いろいろな意味で身の回りを席卷しているコロナ騒動が私たち個々に対し、その生き様を問うているのではないか、という気がしました。

課題が多く、これからの時代を担っていく人たちと共に手を携え、どのような形で運動を支えていく事が出来るのか、交代期の困難さを強く感じる日々であります。

理事長 井上 一枝

コスモス アラカルト

七夕の短冊に書きました

“ささの葉さらさら のきばにゆれる お星さまきらきら きんぎん砂子”と「たなばたさま」の歌が流れてくると、子供心をときめかされた思い出がよみがえります。

笹竹を切ってきて、色紙でいろんな飾りを作り、短冊に願いごとを書き、笹に結んで完成。みんなで作った喜びがひとしでした。いくつになっても七夕まつりは嬉しいものです。“五しきのたんざく わたしがかいた お星さまきらきら 空からみてる”、願いが余計に叶えられるようです。

七夕は、コスモス男山でも年中行事の1つです。それぞれが願いを持って、短冊に書くことは、生きる力のしるしになると思います。彦星さんと織姫さんは、年に一度の再会（天下御免の公開「逢い引き」）なのに皆の願いを叶えてくださる忙しい一夜。きれいな天の川が流れると一層の喜びになります。



利用者さんの願い事 ⇒



コスモス男山農園だより

長引いた梅雨でしたが、農園当番の熱意と願いが叶えられ、ことしも収穫できました。初めてチャレンジしたメロン。網がかかり見栄えは立派、でも食べるとやや残念！ 来年も挑戦するそうです。ゴーヤとミョウガは、昼食の一皿に。旬の野菜を美味しく頂きました。



人と繋がる『コスモスわくわく教室』

地域の高齢者の健康維持を目的に、5年前から開催している「コスモスわくわく教室」。当初から、たくさんの方が参加くださっています。



内容は、体操、レクリエーション、頭の体操、ナツメロ、絵手紙など。季節によって、盆踊り、フォークダンス、運動会やクリスマス会、新年会なども実施します。どれも参加される方々と共に作ってきたものです。おかげで、遠くからバスに乗って、雨の日も風の日も休まず来てくださっている方もおられます。

コロナ禍のため、3か月半、教室をお休みしていました。その間に何人かの方が体調を崩されました。また、電話で、「いつから始まるの？みんな元気にされているんでしょうか？」と問い合わせしてきた方もおられ、こんなに待ってくださっているのかと、嬉しく思いました。そして、「わくわく教室」が、皆さんのホッとする場であり、仲間の助け合いと交流の場であったのだと再発見をさせられました。

やっと6月18日から再開。その日は、久しぶりに会えて皆さん、とても喜んでおられました。体操をして、固くなった身体をほぐしていただきました。グランドゴルフもずいぶん盛り上がりました。お一人お一人が心から満足されたようで、晴れやかな顔で、次回を楽しみに帰っていかれました。

今後も、外に出にくくなって寂しい思いをされている方などに声を掛け合い、安心して来ていただけるような教室にしていきたいと思っています。

どうか気軽にご参加ください。お待ちしております。



講師 森本 玲子、堀之内 みち子

参加された方の声

- 一人ではさみしいけど、皆さんに出会えるので、それが楽しみです。
- プログラムが、体操ありゲームあり歌ありで、バラエティに富んでいるので、楽しい会です。
- 先生も優しく色々と学べますし、認知症予防にもなり、時間が短く感じられます。ここに来ると皆様と一緒に楽しめる喜びを感じています。

案内板

会場：UR集会所(男山中央センター)
開催日時：月2回 第一・第三木曜日
午前の部 10:00~12:00
午後の部 13:30~15:30
参加費：100円(茶菓子代)
*午前の部は、6~7人の余裕があります。
*午後の部は、満員です。

職員紹介

初めまして

事務職 ^{みつなり} 光成 明子

縁あって、コスモス男山の事務局で働かせて頂くことになりました。事務の仕事は 45 年ぶりです。3 月に見習いで通い始めましたが、折も折、新型コロナウイルスが広がり始め、スタッフはマスク着用が当たり前になっていました。元々、人見知りで、人様のお顔を覚えるのが苦手な私です。突然十数名のマスク顔に囲まれて、右往左往の日々でした。私は週に 2 日だけの勤務です。他のスタッフさんもそれぞれのローテーションで出勤されるので、未だに全員のお顔と名前が一致しません。利用者さんもしっかり。理事さん、運営委員さん、業者さん、次から次に、顔！顔！顔！

名札に初心者マークを付けて新人感をアピールしていますが、道でお会いしても、ご挨拶出来ない時は、どうかご容赦下さい。よろしくお願いいたします。

「コスモス男山」で仕事を始めて 15 か月経ちました

介護職 津野 法子

「これから資格取るの？」「何で介護ヘルパー？」と定年を迎えた私に家族や友人は一様に聞いてきました。「以前からやりたかったから、そしてまだ社会と繋がっていたいから」と答えています。

知人を通じて、「介護の家コスモス男山」とのご縁を頂きましたが、実践経験もなく、机上の知識だけでのスタートでした。もう 15 か月も経ったのかという思いと共に、15 か月経ったのにまだまだ身につかない事ばかりで職場の皆様にアドバイスをいただく毎日です。そして、介護の奥深さ、気遣うことの多さに改めて気付かされています。“「寄り添うケア」は相手に関心を持つことから始まる”と書籍にありましたので、利用者さんと趣味や好きな物、ご家族のことなど色々お話をしながら、気が付けば私自身がいつも「笑顔」になっているのです。いつの日か、自分が介護を受ける事になった時を想像してケアをしていきたいと思えます。

「コスモス男山」で仕事に就いて

看護職 ^{さくち} 碓口 裕見子

定年退職から 5 年間、没頭できる趣味も持ち、充実した毎日を過ごしていました。しかし残りの人生をこうやって自分のためだけに使っていて、「私の人生これで良かった」と最後に思えるのかなと考えていた矢先に「コスモス男山」の話が舞い込んできました。人の役に立てるならとすぐ決断しました。

出勤第一日目、不慣れな環境で戸惑いましたが、2、3 日すると、笑顔で接すれば素敵な笑顔が返ってきて、レクレーションで困っていると「そんなに頑張らなくても大丈夫、ゆっくりやりましょう」「大丈夫、大丈夫！」と利用者の方が声をかけて下さり、私のほうが大きなエネルギーをもらっていました。

そのような経験が、「学びたい気持ち」「変わりたい気持ち」など色々な気持ちを起こさせてくれました。こういう気持ちを起こさせてもらった「コスモス男山」の皆さんに感謝しながら、今後も自分の課題に挑戦し、少しずつでも成長した自分で皆さんに接していきたいと思えます。

「コスモス男山」で働き始めました

調理補助 岡元 慶太

私が「コスモス男山」で配膳や掃除などをさせて頂くようになって、三カ月が経ちました。そのきっかけは、ある職員さんと接する機会があり、その人から「ここで働いてみないか」と誘って頂いたことからです。私自身はこれまで職に就いていない期間が長かったので、最初のうち少し不安でした。しかし、職員の皆さんがとても優しく接してくださっているので、アットホームな雰囲気になれることが出来ました。これまで介護の世界に対してとても暗いイメージを持っていたのですが、今では何処かへ吹っ飛んでしまっています。利用者の方々もすごく明るい人が多く、最近では一緒にトランプなどで遊んだりしています。

私は「コスモス男山」で多くの事を学び、少しでも早く社会復帰出来るようしっかりと働きたいと考えています。

コスモス・カルチャー

俳句

- 木目涼し倒木の桜のベンチ
- コーヒーの含む一口秋もよい
- 紙箱の標本兄の銀やんま
- 入道雲入山拒否の富士の山
- ステージは海原飛魚のダンス
- 今朝の秋ほつとコスモス男山
- 翳雲出自来歴言えという
- 芋嵐赤紙来たら羊顔ひっしかお
- 月光に足から入れて肩より出す

みやこ

かつら

信

*編集の事情により、今回のコスモス・カルチャーは、俳句のみを掲載させて頂きます。

☆コスモス男山の活動状況 2 ☆

活動日誌 2020年4月～9月

- 4月 17日…理事会 21日…事務局会議(以後毎月第4水曜開催)
 - 5月 22日…理事会 6月 1日…コスモスだより41号発行
 - 6日…第15回定時総会(コロナ禍にて書面表決に変更) 18日…コスモスわくわく教室 (3～5月コロナ禍にて中止。以後毎月第1・3木曜開催) 19日…臨時理事会 20日…オレンジカフェ再開(4・5月コロナ禍にて中止。以後第3土曜日開催、8月のみ第4土曜)
 - 7月 1日…夏季賞与支給 4日…コスモスだより編集会議 20日…運営推進会議再開(3・5月コロナ禍にて中止。以後奇数月第3月曜開催、9月のみ第4月曜) 29日…調理会議 30日…203室防災用備蓄庫設置 8月 22日…104室網戸改修 31日…207室ベランダ洗濯機架台設置 9月 18日…理事会 27日…職員研修・地域講座「身体のとろみと腰痛」(講師…熊野利明) 28日～10月 2日…八幡支援学校実習生受け入れ
- *南部小規模連絡会は、コロナ禍により延期。

今後の活動予定 次号43号まで

- 10月 1日…コスモスだより42号発行/処遇改善交付金支給
- 11日…職員研修・地域講座「微生物の話」(講師…齋藤光實) 下旬…市民の森散策 11月 29日…職員研修・地域講座「裁判から視える介護の課題」(講師…石川亮祐)
- 12月 1日…冬季賞与支給 1月 15日…理事会 2月 1日…コスモスだより43号発行

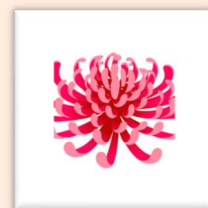
書名	著者	発行所
こんなはずじゃなかった	早川一光	ミネルヴァ書房
京都一周トレイル	京都レイルガイド協会編	ナカニシヤ
上野先生、フェミニズムについて0から教えてください	上野千鶴子他	大和書房
海の底から	金石範	岩波書店
検証NHK受信料を斬る	峰荘太郎	リフレ出版
流人道中記 上・下	浅田次郎	中央公論社
本屋を守れ	藤原正彦	PHP
ぼくはやっと認知症のことがわかった	長谷川和夫	KADOKAWA
近代朝鮮の政治文化と民衆運動	趙景達	有志舎
まつろわぬ者たちの祭り	鶴飼哲	インパクト出版会
美しき小さな雑草の花図鑑	大作晃一写真	山と溪谷社
大阪人物往来	倉橋健一	霽標
野草の手紙	黄大権	自然通信社
武器としての「資本論」	白井聡	東洋経済新報社
天才の考え方 —藤井聡太とは何者か?—	加藤一二三、渡辺明	中央公論新社

事務局より

みなさまからご寄付を頂きました。

- ・ふきよせさんより、捨て布を
- ・林さんより、野菜を
- ・平さんより、タオルを

有難うございました。



編集後記

「コロナ禍」の直前、『京の学塾—山本読書室の世界』という本が出版されました。『京都新聞』に連載されていたコラムをまとめたものです。江戸時代、京都にあったこの本草漢学塾では、数万点に及ぶ貴重な資料類を収集・保存してきたそうです。編者、松田清さんの業績によって世に出た貴重な図書です。

老生は、「コロナ禍」自粛生活用に歴史物や右の本と共に小野蘭山関係を身近に置きました。先人の危機対応や人間と自然の関係を学ぶためにです。ちなみに蘭山先生は、シーボルトから高い評価を受けた本草学者で、主著の『本草綱目啓蒙』は著名な書物です。

本草学の出現は紀元前の中国。「本草」は、「薬用になる動植物の総称」(広辞苑)。例えば、漢方薬があります。自然から学ぶという重要なことに気づいた人々によって集められた経験や知識が継続的に蓄積されてきました。我が国においても山野を修行の場としていた修験道者、聖、あるいは、山の民、本草学者が自然からの恵みの享受を学んできました。しかし一方で、自然への恐れも同時に思い知らされ、不定形な自然の内部には越えてはいけない領域、壁(境界)があるということ为先人たちは失敗を重ねながら多様な共生を体験したことでしよう。

一説によれば、ウイルスが地球上に出現したのは約30億年前、現生人類は約20万年前とのこと。その厳然とした差異を亡失し、自然を必要以上に「開発」してきたニンゲンの欲深さを「コロナ禍」で考えざるをえません。

自然との共生に想いを馳せながらも、心の痛むこと多き老生の自粛生活です。(三礼)