コスモスだより

第 46 号　　2022 年 2 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/

今。一人、一人が問われています

太平洋開戦から 80 年。原爆投下で敗戦した日、12 歳であった私は奇跡的に生き延びて青天井の住居、飢餓の中で「良い時代のために生きよう」と決めていました。

それから 77 年が過ぎて。人類の文明が消失するという地球規模の課題「気候変動」に直面しています。飽くことなく求めた「人間活動」の帰結です。

実際に戦後の日本は不死鳥のように蘇りました。しかし、高度成長期のツケは、水俣病に始まる公害病を全国に伝播し、自然環境を破壊しながら私たちの健康を蝕み続けています。農業の衰退がもたらす、食料自給力低下、核家族化、少子高齢化など、歯止めがかかりません。

2020 年の国勢調査は生産年齢人口が 226 万人（13.9%)減と、あらわしています。

真鍋淑郎先生(ノーベル物理学賞)は、54 年前から「二酸化炭素が気候に与える影響」を数値化して「人間活動」に警告を発していました。が、私たちは立ち止まりませんでした。

1972 年に至ってローマクラブが『成長の限界』を唱えて、世界の関心を呼び、2015 年の国連総会では「ＳＤＧｓ(持続可能な開発目標)」を採択し、17 の目標を定めて走り出しています。

“全ての人に健康と福祉を”“ジェンダー平等”“貧困をなくす”“海や陸や大気の豊かさを”など、私たちの念(おも)いも積んで一帯としています。

同時に、地域と繋がる私たち一人、一人の声が重要な意味をもつと思います。私たちが時代や社会の見張り番として挙げる声を共有していくことこそが希望だ、と思っています。残日僅かな日々ですが、コミュニティで寄り添い援け合って、私も其処に連なること。それが戦中戦後を生かされた者の、終わりない責任です。

理事　秋山 花子

コスモス　アラカルト

今年も干支の飾りを作りました

お正月用の干支飾りを利用者さんと一緒に作るようになって、もう 10 年ほどになります。
ハサミで切る、紙をちぎる、貼る、折るなどの手作業が認知症の進行を遅らせる可能性を知り、自分に少しでもできることは？と考えて始めたことでした。

作品を作っている途中で分からなくなる方もおられ、小さくちぎっていたのに、大きな紙を貼り付けたり、裏側に貼ってみたり、手が止まって戸惑っていたり、みんなで大笑いすることもありました。

季節ごとに行事や草花・木々等の図案にも取り組み、利用者さんの発案で祇園祭りの鉾を作って、八幡市民文化祭に出品し、みんなで観に行ったことも懐かしい思い出です。認知機能が低下して日時や季節を認識しにくい方にも、新しい年が来たよ、と伝えたくて正月の飾りは特に力が入り、色々な種類を作ります。

今年も他の職員の協力のもと、羽子板と張り子の寅、ちぎり絵の壁絵を皆さんと一緒に作成しました。（介護職員　汐池　久子）

秋のお散歩―市民の森へ

◈ 10 月○日　☀

ハロウィンの飾りつけが素敵な市民の森にきました。野趣味あふれる風景と人工的な飾りが違和感なく調和して、楽しい世界が広がっていました。記念撮影、いつ撮っても皆さん絵になりますね。

◆ 11 月○日　☀

お天気に誘われて急遽、菊を観に市民の森に行きました。市民の皆さんの丹精込めた大菊に「こんなに大きな菊！すごいねえ」「見事やねえ」。ぶらぶら歩くと、よく来ているのに、草花や木々の表情に一つまた一つと発見があります。帰りに出口で売っていた小さな柿を買い求め、干し柿にすることにしました。おだやかな秋の昼下がりでした。

みんなマスクをはずして！

「胃ろう」の必要な利用者さんに向き合って

コスモスには胃ろうの処置が必要な方がおられます。看護師二人と、長期研修を受け京都府から特定行為業務従事者に認定された介護福祉士が担当しています。
以下は、その資格を取得した職員の思いです。

研修で繰り返し言われたのは、社会福祉士及び介護福祉士法が改正されても喀痰吸引・経管栄養は医療行為であり、利用者に対して医療提供上の危機管理も踏まえて安全に提供されるべきものだということでした。
「人命に関わる行為」への不安と緊張の中で研修を受けたのを思い出します。胃ろう行為も、常に危険と隣り合わせだという事を念頭に置いて、それを忘れずにやっていきたいと思います。家族、医師、看護師、介護士の方々と連携して、協力して、利用者さんをしっかり支えていきたいと思っています。（介護副主任　栗山 かおる）

支援学校高等部２年生の生徒さんを受け入れて

来られた生徒さんは、中学３年生の時に職場実習で来ておられ、２回目の受け入れでした。
中学の時よりも積極的に取り組まれていました。待っているのではなく、自分から職員に声をかけ、やるべきことを何度も確認されている姿に、成長を感じ嬉しかったです。利用者さんたちも、フレッシュな高校生に、笑顔でたくさん質問していました。
今後も、地域の中学生や高校生がコスモス男山を訪れ、介護への興味や理解を深めていってくれることを期待しています。（介護主任　武元 美由紀）

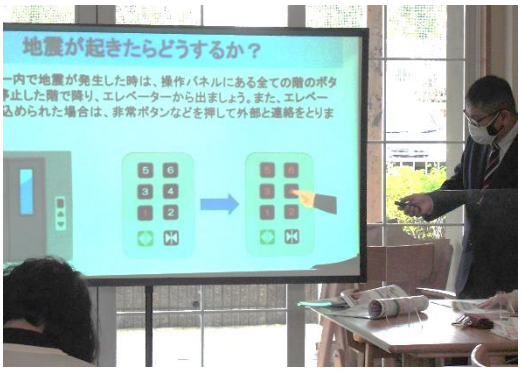
「よむよむ」から「よむべえ」に

私たち「よむよむ」は、広報誌などを録音して、目の不自由な方に聴いて頂く活動をしています。４年前の秋に誘われ、月に一度コスモスで「紙芝居」や絵本を読むことになりました。一生懸命練習して、はりきって読んでも、利用者さん達の反応が無くて落ち込むことも。なんとか楽しんで頂こうと、歌や、手品、はたまた「南京玉すだれ」まで飛び出し、「それって、うちの活動とちゃうんちゃう？」。
昨年からはコロナ禍で、録音した声を届ける形になり、今はコスモス男山のスタッフでもある私が、個人のボランティアとして引き継いでいます。今後は、「よむべえ」とでも呼んで下さい。（事務職員　光成 明子）

地域講座兼職員研修

防災・減災の知恵～自分と大切な人の命を守るために～

大規模災害では、発災直後の支援を行政にあまり期待できません。最低でも３日は自力で持ちこたえる必要があるとされています。まさに自助・共助。自分と地域の知力を集めておく必要があります。今回は市の出前講座を依頼。講師は、防災士でもある八幡市職員の坂口辰郎さんで、入念な打ち合わせの結果、「八幡市」の「高齢者」に焦点を当てた内容にして下さいました。



参加者の感想を抜粋で紹介します。

☆　「天災は忘れた頃にやってくる」といわれるが、このところ各地で地震が頻発していて忘れる暇もない。講師によると京都周辺の大地震は計算上、次は 2034 年だそうだ。南海トラフの地震では活断層が３つもある八幡市では６強から７の震度が予測されている。

　避難所で最も必要な設備はトイレだ。実際のトイレを使って、ビニール袋で処理する方法を見せてもらった。知識はあったが、設置してみるとリアリティがある。

講師は東日本大震災で救助活動に従事した元自衛官。災害時は倒壊による死だけではなく、極度の肉体的・精神的負担や車中泊によるエコノミー症候群などによる震災関連死があることにも注意を向けなければならない、という。

巨大地震は必ず来ることが分かっているのに、まだ大丈夫と思ってしまう。不安ばかりでは暮していけないが、「いつも忘れずにいて、備える」ことは大切だ、とあらためて感じた講座だった。(受講者　河上 高志)

＜職員から＞

☆　南海トラフ地震がいずれ来るだろうことなどは、テレビで知っていましたが、自分が住んでいる八幡の被害予想や避難場所などは知る機会がなかったので、とても勉強になりました。(介護職員　岡元 慶太)

☆　避難する時には、電気のブレーカーを落としてガス器具の栓と元栓を締めなければ復旧したときに危険だと知った。避難所の運営は、地域の自治会などに任されるそうだ。防災に力を入れている地域とそうでない地域とでは、日ごろの備えに差が出るのだろう。(事務職員　光成 明子)

☆　数年前は防災用品を購入し置き場所を考えたり水を用意したりと色々準備したが、その後は下火に・・・。それらの物品を再度点検し、トイレのことも含めて再び取り組もうと思った。近隣の一人暮らしのお年寄りを確認して、心にとめておきます。(看護職員　大塚 秋子)

コスモス文芸

俳句

○ U字溝の焚き火に座る大やかん　みやこ

○ 白菜漬食べ放題の男子寮　かつら

○ 箒目は流るる水や初景色

○ 七草を空で称(となな)えし粥うまし　信

○ 「炬燵浴(こたつよく)」に母を誘って肩までも

○ 凩(こがらし)や夜空で風邪をひかぬよう　コスモス童

川柳

○ コロナ禍が生み出す世相に困惑す

○ オミクロン株右肩上がりの年の暮れ

☆ コスモス男山の活動状況 ③ ☆

活動日誌 2021年10月～2022年1月

10月 1日：処遇改善交付金前期支給、コスモスだより45号発行 4～8日：府立八幡支援学校生実習 7日：介護予防わくわく教室（21日も開催） 14日：「枚方市民の森」散策 16日：オレンジカフェ 18日：誕生会 27日：全職員PCR検査実施（結果、全員陰性）

11月 1日：「枚方市民の森」散策 「八幡おうえん飲食券」事業に参加（～2月28日） 4日：介護予防わくわく教室（18日も開催） 6日：所外研修「作業療法士が伝えたいレクリエーション技術」 15日：第四回運営推進会議 17日：人事委員会 20日：オレンジカフェ

12月 1日：冬季賞与支給 2日：全職員PCR検査実施（結果、全員陰性） 介護予防わくわく教室（16日も開催） 5日：地域講座＆職員研修「防災・減災の知恵～自分と大切な人の命を守るために」 6日：食品衛生責任者講習会 17日：拡大労使協議会 18日：オレンジカフェ 24日：誕生会、クリスマス会

1月 6日：介護予防わくわく教室（20日は中止） 13日：第四回理事会（書面） 15日：オレンジカフェ 17日：第五回運営推進会議（書面） 24日、25日：誕生会

今後の活動予定

2月 1日：コスモスだより46号発行 19日：所外研修「認知症の方の『家族』支援」

3月 1日：処遇改善交付金後期支給 3日：職員研修「介護における腰痛防止 ①」 日時未定：地域講座＆職員研修「発災！～その時介護事業所コスモスはどう対応する？」

コスモス文庫　―以下の本を新しく購入しました―

書名	著者	発行所
コロナ時代のパンセ	辺見庸	毎日新聞社
ウィーン近郊	黒川創	新潮社
非正規介護職員ヨボヨボ日記	真山剛	三五館シンシャ
流れ施餓鬼	宇江敏勝	新宿書房
熊野木遣り節	宇江敏勝	新宿書房
黄金の夜	宇江敏勝	新宿書房
アンブレイカブル	柳広司	角川書店
ナチスのキッチン	藤原辰史	共和国
在宅ひとり死のススメ	上野千鶴子	文芸春秋社
植物忌	星野智幸	朝日新聞社
沙林	帚木蓬生	新潮社
老いの福袋	樋口恵子	中央公論社
老いる意味	森村誠一	中公新書ラクレ
沖縄の植民地的近代	松田ヒロ子	世界思想社
「ひとり」の哲学	山折哲雄	新潮社

事務局より

みなさまからご寄付をいただきました。

- **富山県在住の渡辺さんより10万円の寄付を**
- **ふきよせさんより捨て布を**
- **ふきよせ・杉山さんより洗濯干し材を**
- **ボランティア・飯田さんよりミカンを**
- **枚方市在住の村田さんより書籍を**

ありがとうございました。

編集後記

「梅だより」に、梅花の香りを心待ちにしています。そして、光琳の『紅白梅図屏風』や呉春の『白梅図屏風』などの絵画を思い出します。

梅は花だけでなく「実」の効用が格別で、保存食の梅干や薬として大いに活用されています。また、月ケ瀬名産の烏梅（うばい）は、最上川流域の紅花から「紅」の色素を取り出す「媒染剤」になります。

近年、梅の受粉が困難になっており、加えて、植物全般の受粉にも及んでいるとの報告を多々目にします。受粉には、ミツバチ等が大活躍しますが、それらが減少の危機に瀕しているとの由。原因は、ネオニコチノイド系農薬が主因で、しかも、生態系の破壊までも引き起こしていると研究者は警告を発しています。その危険性から、ＥＵでは屋外使用を禁止していますが、日本ではまだ対応ができていません。

国連の「持続可能な開発目標」にあるように地球環境や人類を含むあらゆる生命活動が再生困難な事態に直面していると叫ばれています。コロナ禍中ゆえに温暖化、環境破壊・汚染、核兵器や核燃料等々の「多くの危機」が殊更目につきます。

消費者としてささやかな対応ですが、真摯な科学者の問題提起を受けとめて、安全な食品、製品を選び、地球に負荷のかからない生活様式に改める必要があると思います。また、安全に消費できる経済的な保証も必要となりますし、人々とのつながる力も重要です。

末代の人々のために、安全を願う生活者目線を大切にしたいものです。

最後に、毎春梅の花が咲きますようにと願って、『古今和歌集』の一首を記します。

「〈詞書　・・・むめ（梅）の花を　をりてよめる〉
人はいさ　心もしらす　ふるさとは　花そ昔の　かにに
ほひける　紀貫之」（三礼）