



第 52 号

2024 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/>

ケアマネジャーとして介護職として

コスモス男山に勤務して 10 年以上が経ちました。

私は介護支援専門員つまりケアマネジャーですが、利用者の方のケアプランを立てるだけでなく、介護福祉士として、介護業務にも携わっています。その両方に関わることが、私にとっては小規模多機能型居宅介護事業所の何よりの魅力だし、やりがいを感じる場所です。日々の介護の中で、その方の暮らしぶりや困りごとを直接見聞きする中で、よりその方に合ったプランを立てられるし、必要なものを必要な時に準備できる強みがあると思っています。

ケアマネジャーとして介護職として、今まで、たくさんの利用者の方やそのご家族と出会い、別れを繰り返してきました。

今までの生き方や暮らし方、性格。ご家族との関係、経済的事情。介護状態になって初めてそれらが凝縮して現れてくるのだな、と日々感じています。これは決して他人ごとではなく、自分の両親のこと、はたまた自分の老後はどうなるのかなど、自分のこれからを考えさせられる日常でもあります。

コスモス男山は、17年前に井上一枝前理事長を中心に地域の方々が、立ち上げられた介護事業所です。先日 2005 年に書かれた設立趣意書を読みました。

「…一人ひとりとより深く向き合い、その人らしく地域で暮らしていけるよう実現に努めていく」という思い。その思いを職員一同引き継いで、日々の介護にあたっていきたくと思います。アットホームな雰囲気、家族のような(家族以上の時も?)関わりを生み出しているところは、コスモス男山の自慢の一つです。「安心して老いることができる望み」を地域に発信していきたいと思っています。



理事 西村宜子

コスモス アラカルト

2023 年秋から冬のコスモス男山

オセロの駒を使っ
ておはじき大会
白勝て！黒勝て！



スポーツの秋



芸術の秋

みんなでハロウィンリースを作りました



行楽の秋



🎵 「ターンタカカ！タンタンタカカ！」 朝から聞こえる大音量。「なに？なに？」お隣の第三中学校は体育大会！「ちょっとおじゃましま〜す！」

「八幡さんは、いつ来てもええな〜」



♥ クリスマスのお話し



♥ ハンドベル演奏はお手のもの



千支のマスコットと羽子板も完成してお正月準備完了！



さーて、だれだか分かるかな？

♥ 美味しいケーキ



「おぜんざい」はじめました！

ホット vs **アイス** あなたはどっち派？

甘さ控えめ、お値段控えめ、どちらも

300円

寒い時はあったかい
おぜんざいに決まり!!



利用者さん、地域の皆さんにもっと利用していただける為に何かできないか日々考える中、春、秋に手作りおはぎを、「おやつ」として出したところ、利用者さんたちの喜んでくださったお顔を思い出し、「おぜんざい」という形で提供を始めました。

ぜんざいのあんこは、あずき豆から炊くので「甘さひかえめ」にしています。「コスモスランチ(予約)の後でも(二)ちらは別腹お召し上がりください。

年中通して「クリームぜんざい」&温かい「ぜんざい」を「用意してお待ちしております。調理担当 栗林

あったかい白玉と冷たい
アイスの相性が絶妙!!



新人スタッフ紹介

昨年の7月から週1日、水曜日に外周りの掃除や、利用者さんの昼食の配膳・後片付けをしています。

最初は掃除にも慣れず、配膳も覚えるのにメモを取りながらでしたが、先輩職員さん達が、親切に教えて下さるので、今までやってこられました。

まだ頼りない部分もありますが、頑張りますので、よろしくお願いいたします。

配膳担当 中久保



シリーズ 認知症と私 ①

103での「コスモスオレンジカフェ」を振り返って

「軽食・喫茶おいでやす103」

でのオレンジカフェが始まったのは、今から10年前ぐらいだろうか。

なぜシンボルカラーがオレンジ色なのか。オレンジリングを眺めながら

めながら思う。カフェ開設当初は

認知症の方の相談があり、コスモス男山の利用につながったケースもありましたが、その後はあまり増えず最近では

認知症を学ぶために来られる方がほとんどです。相談より自らの事として考える事が先決のようです。認知症

の病気の種類、又、どのようにしたら早く気付くことができるのか。在宅は可能か。 etc.

やはり今後の一人ひとりの問題です。

認知症と言えば徘徊です。初期に関わった方が来所して直ぐにコスモスの玄関から飛び出して市役所の前まで

早足で歩き続け、その後を追いかけたことを思い出します。最後は道路際の溝にはまってしまい怪我をしてやっと

歩き止んだ事を思い出します。

カフェでコーヒーを飲まれるのは未だ初期の方かもしれません。職員が認知症を十分理解した上で住み慣れた

地域でのオレンジカフェの役割を果たしていく場になれたらと思っています。

副理事長 井上一枝



10月19日 コスモス男山の社会保険労務士として、理事として、いつもお世話になっている「あおぞら」の椎名みゆきさんに「介護保険制度の流れと現状」「介護保険第9期計画」についてお話し頂きました。職員17名が真剣に耳を傾け、関心の高さが伺えました。ここに、受講者の感想の一部を紹介します。

コスモスで働かせてもらっているのに、介護保険制度についてほとんど知らなかったも同然でした。年々変わっていくのに勉強不足でした。

介護職員さんの数を増やし、安心して高齢者を皆が過ごせるようにして欲しいです。そのためには職員さんの待遇を良くし、「働きたい。」と若い人達が集まるようにして欲しいです。

講師の椎名さんがおっしゃった「介護保険制度をあきらめない」ためには、一人一人がもっと自分ごととして捉え、何か出来ることは無いか考え、行動していかねばと、思いました。

調理担当 井村



高齢者が増え、介護事業が赤字なのだと思っていたが、現実には2割程の高齢者しか利用していないことと、赤字で有ることを知って自分が無知だと思った。

年金の支給は増えていかないのに、今後、介護サービスの利用料が2割、3割と負担の対象が拡大したり、ケアプランの有料化、老健施設の多床室の有料化等、利用したい者にとって負担が大きくなる。介護保険の内容をもっと知ることが必要だと思う。

主任 栗山

介護者として働きながらも、制度改定の度、改悪されているという流れを文字として確認することが無かったので、今回知ることができて良かった。

そう遠くない先に、自分が介護サービスを利用することになった時、介護保険制度がどのようになっているのか不安になった。

今後の制度の改悪にしっかり目を向け、自分に何が出来るか考えていきたい。

まずは、教えてもらった本を読みたいと思う。

介護担当 津野

研修旅行に参加して

11月12日～13日 コスモス男山の研修旅行に参加させて頂きました。コロナ禍を越え、久しぶりの実施でした。参加者10名、とても有意義な二日間でした。

初めは水郷巡り。船頭さんの力強い手漕ぎのおかげで船酔いもせず、ヨシ原の大自然の要所説明を聞きながらの80分。あっと言う間でした。

その後、宿泊先の会議室で研修。

① 「オレンジカフェの意義・内容」(井上副理事長)

② 「年収の壁問題」「健康保険のしくみ」(椎名みゆきさん)

知らなかった事が多く、とても勉強になりました。興味のない事に背を向け、身に迫るとその時は「もう遅い...」の繰り返しだと反省しました。

夜は和気あいあいで、日頃気付かなかった事を知れて良かった！

翌日現地解散しました。運転して下さいました田井さん、栗林さんに感謝です。ありがとうございました。

調理担当 工藤



コスモス文芸

連句は面白い!

土井 重悟

コスモス男山の談話室(ひだまり)を会場に、八幡の連句の会(二水会)を立ち上げたのが、2022年の3月。以来、1年半が経過し、できあがった作品数10点を数えます。

今回は、そのなかから二十韻「冬銀河」を紹介します。二十韻は、二十句で完結する連句です。春夏秋冬の句はもちろん、恋の句あり、旅の句あり、メルヘンや神祇・釈教(神社仏閣)の世界にもひろがってゆきます。

二十韻「冬銀河」の巻

素顔で撮ろう卒園写真	羞恥ゆえマスク外せぬ花の前	土の匂ひは川風に乗り	お社に響く号鼓のあらたかに	待ち人に待たされ呷るポーショレ	語らふ君の瞳輝く	駅伝の選手を癒す足湯にて	有明の月を眺めるバンガロー	紫陽花の山肌登るケーブルカー	掛け声届くラジオ体操	寝つかれず羊かぞへて明くる朝	不妊の猫はため息吐ひて	愁思なり変へられぬ恋甦る	笛を吹けども虫は踊らず	豆の木を登るジャックに月笑ふ	せがまれて読む絵本を選ぶ	鳥あまた孤老の庭は賑はひて	軒に連なる切干大根	竹林の一夜に伐られ冬銀河
き	せ	信	重	信	せ	き	信	重	せ	き	信	せ	重	き	信	重	せ	重

連句は、季節の句がちりばめられ、無季の句もあって結構自由なものです。何より連句のおもしろさは、いかにつなげるかにあります。冬銀河から干大根、庭にあつまる子たちからメルヘンの世界、ため息から眠れぬ夜、ケーブルカーからバンガローへと自在につながってゆくのです。知恵を絞って意見を出し合い、合作で完成されてゆくのも魅力です。

作者は、土井重悟 **重** の他に吉川せい子 **せ**、小笠原信 **信**、黒澤喜美枝 **き** のみなさんです。

	3月	2月		1月	12月		11月		10月
今後の活動予定	18日	16日	6日	15日	8日	1日	12日	3日	19日
第6回 運営推進会議	1日	1日	1日	20日	17日	17日	21日	18日	10日
第5回 運営推進会議	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
第4回 定例理事会	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
第3回 運営推進会議	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
第2回 運営推進会議	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
第1回 運営推進会議	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
コスモスだより第51号発行	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
介護職員処遇改善交付金支給(前期)	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
「きらっと☆シニア倶楽部」以降毎月第2、4火曜日実施	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
サービス評価(自己評価)会議(21日にも)	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
秋の散策(石清水八幡宮)	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
職員研修「介護保険のこれから」講師:椎名みゆき氏 17名	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
「オレンジカフェ」以降毎月第3土曜日実施	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
BCP策定委員会 以降常勤会議時に開催	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
13日 研修旅行(休暇村近江八幡) 10名	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
講師:椎名みゆき氏・井上一枝 副理事長	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
研修 認知症カフェめぐり web 4名 (12月21日にも1名)	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
第4回 運営推進会議	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
18日「高齢者体操指導員」養成講座 web 1名	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
冬季賞与支給	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
ステップアップ研修「認知症」×「リハビリ」2名	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
コスモスだより第52号発行	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
8日八幡支援学校生実習受け入れ 1名	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
避難訓練	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日
介護職員処遇改善交付金支給(後期)	1日	1日	1日	15日	8日	1日	3日	18日	2日

活動日誌 10月～1月

書名	著者	発行所
墮落	真山 仁	文芸春秋 BOOKS
ゴキブリ研究を始めました	柳澤静磨	イースト・プレス
裂けた明日	佐々木譲	新潮社
藩邸差配役日日控	砂原浩太郎	文芸春秋 BOOKS
どうせ死ぬんだから	和田秀樹	SB クリエイティブ
ハンチバック	市川沙央	文芸春秋 BOOKS
続・希望の共産党	碓井敏正他 9 名	あけび書房
ケーキと革命	本庄豊	あけび書房
それでも私は介護の仕事が続けていく	六車由実	KADOKAWA
機龍警察 白骨街道	月村了衛	早川書房
カーテンコール	筒井康隆	新潮社
信長の秘宝 レッドクロス	岩室忍	祥伝社
脱北航路	月村了衛	幻冬舎
木挽町の仇討	永井紗耶子	新潮社
教誨	柚月裕子	小学館

☆ 寄付・寄贈をいただきました

- ・ 吉井さんより 3 万円を
- ・ ふきよせさんより 捨て布を
- ・ 藤本さん、枚方在住の村田さんより 書籍を頂きました。

ありがとうございます
ございました



☆ おしらせ

コスモス男山（2007 年設立）の創業者である井上一枝、井上和彦両名が 2023 年 12 月末をもちまして、退任いたしました。皆さまには、長い間応援して頂き、ありがとうございました。

尚、井上一枝は理事として、井上和彦は顧問として、コスモス男山に関わってまいりますので、引き続きよろしくお願ひします。



52号の編集もあと少しという所で、令和6年を迎えました。穏やかな新年で良かったと安堵した元旦の夕方、揺れを感じてテレビを付けた途端、避難を呼びかけるアナウンサーの必死の叫び声が聞こえてきました。翌日の、救援物資を輸送する小型機と旅客機の衝突。地震が無ければ起こりえない事故なので、二次災害とも言えるのではないのでしょうか。自然災害に対して、人はなんと無力なのでしょう。海外のメディアは、「乗員乗客三七九名が18分で脱出できたのは奇跡!」と報じていましたが、日本航空では乗員に年に一度、丸一日かけての脱出訓練を義務付けているとのこと。「奇跡」ではなく、「備え」と「努力」が功を奏したのだと思います。

コスモス男山でも、萬田事務局長を中心にBCP（事業継続計画）を策定中です。

万が一の時にどう対応すればよいのか。「備えあれば憂いなし」昔の人はエライ!

事務担当 光成