

# コスモス通信 2021年 秋号

発行：在宅ケアステーション  
コスモス

大津市坂本6丁目6-31

TEL(077)579-4022(代表)

FAX (077) 579-0443

デイサービスセンターコスモス～ようお越し  
☎077-577-1116



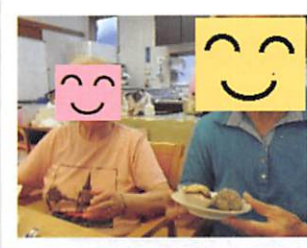
暑い夏が終わり、過ごしやすい季節になってきました。ご利用者さんと話している中で、暑い夏と寒い冬、どちらが嫌いか、という話によくなります。コスモス調べによると、3：7くらいで寒い冬のほうが嫌いという回答が多いです。冬の寒さなんかには負けないよう、元気に笑顔で冬でも楽しくデイで過ごしましょう！！

その前に紅葉ドライブやバラ園もあります。秋もお楽しみに！！



## 9月レク

9月は、お彼岸にちなんで「おはぎづくり」を行いました。あんこ&きなこ黒ゴマの2種類のおはぎを作りました。おやつにしては量が多いかな、と心配しましたが、皆さんペロッと食べられていました。



## コスモス園芸クラブ

今年のコスモス菜園では、きゅうり・茄子・ピーマン・こどもピーマン・ミニトマト・ゴーヤの6種類の夏野菜を育てました。皆さんに協力いただき、たくさん収穫出来ました。



## 8月レク

8月は、暑い夏にピッタリの「アイスクリーム」を皆で食べました。チョコスプレー等、簡単なトッピングも各自で行ってもらい皆で美味しく頂きました。



## コスモスヘルパーステーション～ヘルパー小町

☎077-579-4061



みなさん こんにちは！ コスモスヘルパーステーションです！



秋といえば食欲の秋。秋の味覚といえばさんま、栗、サツマイモ、柿にマツタケ・・・。新米も楽しみですね。



ご利用者さんのお宅でも、少しでも秋を感じていただけるような調理をとりいれて、視覚からも味覚からも秋を楽しんでいただけるように今後も訪問していきたいと思ひます。



気が付けば、今年も残すところあと三ヶ月となりました。朝晩も一気に冷えてきましたね。体調を崩しやすい時期ですが、しっかり睡眠と栄養をとり、寒い冬に備えて体調を整えましょう！

## 訪問看護ステーションコスモス～ナースの一言

☎077-579-4022

新規コロナ感染者数もようやく減少傾向となってきましたがまだまだ予断を許さない状況が続いています。この通信がお手元に届くころには一体どのようになっているのでしょうか？少しでも状況が好転していることを祈るばかりです。

入院や入所されたご利用者様のご家族からは次のようなお話を聞きます。



「感染予防のため面会禁止となり会えないのが辛い。」「こんなことならたとえどんな状況になっても家に連れて帰った方がまし」等々。入院、入所となられても会いたいときに会えて、心置きなくお話ができるのが本来のあるべき状況だと思うのですが、今の現状は残念ながら違います。

日本中、世界中にこのような思いをされている方がたくさんたくさんおられる事でしょう。

安心して在宅に帰って来て下さいと簡単に言えばよいのですが、ご病状や介護体制等色々な条件により難しいこともあります。

医療、介護現場では悩ましい日々が続いています。



## コスモス居宅介護支援事業所～こちら、ケアマネ

男女5人のチームで活動中です。

介護保険の申請、サービス利用等に関する相談を随時受け付けています。まずは、お気軽にお電話ください。



☎077-579-0442



施設長の山田です。



今回は長文になりました🍀

秋の気配に、もの想いにふける秋の夜長🌕。満月を眺めつつ、お団子🍡に心奪われながら、SNSのインスタグラムを見ていたら、こんな言葉に出会いました。

『頑張りすぎる人が知るべき大切な言葉』

その言葉とは、『いつもへらへらしている人は過去に何かあった人。よく笑う人はよく泣いた人。いつも優しい人は大きな悲しみを経験した人。寂しさを感じる人は大切な存在がいる人。よく大丈夫という人はよく無理をする人。よく強がる人はよく我慢する人…泣きたかったら泣けばいい。辛かったら頼ればいい。笑うのが疲れたら無理しなくていい。』

「明日笑えるかな」って思うより「明日少し笑ってみよう」って思う方が辛い。』（一部抜粋）  
これまでに出逢ったみなさんが、笑顔でいてくださってたらいいなと思いました。

私が出逢えたすべての人は、みなさん 毎日 頑張っておられましたので。

いつもありがとうございます。



一日一笑