

# コスモス通信 2026 年 夏号

デイサービスセンターコスモス

☎077-577-1116

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



インスタ  
見てね！

## バラ園外出

5 月は毎年恒例の湖西浄化センターのバラ園へ外出しました。  
比較的天気も良く外出日和の日が続き皆様大変喜んでいただきました。  
バラ園は、春と秋の 2 回開園されていますので秋もまた行きたいと思います。



## ボランティアさんによる沖縄民謡演奏会

ボランティアさんが沖縄民謡を披露しに来てくださいました。  
みんなで一緒に歌ったり、それに合わせて踊ったりと大変盛り上がり  
とても楽しい時間となりました。



## お茶会

茶道に精通されているボランティアさんによる「お茶会」を開催  
しました。ボランティアさんが利用者さん一人ずつにお茶を点てて  
くださり、お茶菓子とともに美味しく頂きました。いつもと違う  
雰囲気皆さん「こんなめったにないわ。」と喜ばれていました。



## コスモスヘルパーステーション

☎077-579-4061

コスモスヘルパーステーションの土井です。梅雨入りが発表され、蒸し暑い日が増えてきました。  
まだまだ体は暑さに慣れていない時期ですので、こまめな水分補給と適度に休息をとりながら  
暑い夏を乗り越えましょう♪

夏といえば！今年のびわこ大花火大会は 8/6 に開催されるそうです有料観覧席が増えて、  
琵琶湖の浜から見える場所が限られてきました・・・。

花火を鑑賞するようになったのはいつごろからだろうと気になり調べてみました。

花火の歴史は中国で発明された火薬が軍事や合図に使われたのち、14 世紀ごろイタリアで観賞用  
花火が発達し、16 世紀に火薬が日本へ伝来。

江戸時代に両国川開きなどを通じて庶民の娯楽として大きく発展したそうです。

西洋では王侯貴族の祝典などで発展しましたが、日本では宗教行事や  
庶民の娯楽と深く結びつき、職人が気合い合う仕組みも整っていた為  
一発一発の玉の美しさを極める方向になりました。

それが日本独自の花火文化となりました。

日本の素晴らしい技術、文化を大切にしたいですね。

長くなりましたが、介護や生活にお困りごとがあればお気軽にコスモスまでご相談下さいませ。



## 訪問看護ステーションコスモス

☎077-579-4022

梅雨に入り、湿気も多く蒸し暑いですが、皆様いかがお過ごしでしょうか🌧️

熱中症がこわい時期になってきましたね。ご存知の方も多いと思いますが、本格的な夏☀️が来る前に、再度『熱中症対策』をご紹介しますと思います。

そもそも熱中症とは、体温調節がうまく出来ず体内に熱がこもった状態で、小児や高齢者は特に注意が必要です。対策として、

- ① 高温の時間帯の外出は避ける。
  - ② 喉が渇いてなくても、こまめに水分補給する。
  - ③ 大きな血管(首すじ、太ももの付け根、脇の下)を冷やす。
  - ④クーラーや扇風機で空気を循環させること
- が大切です。

熱中症対策を始めるのは、夏が来てからでなく、**今!**です😊

コスモス看護師も、首巻き保冷タオル、水筒にたっぷりの水分を持ってこの夏も乗り切ります!



## コスモス居宅介護支援事業所

☎077-579-0442

### 🌸「介護のこと」話せていますか? 🌸

義父母を自宅で介護していた時、担当のケアマネさんはもちろんですが、夫が「師匠」と呼んでいる介護の先輩(職場の同僚)にとっても支えられたといえます。

イライラして怒ってしまった時、師匠は「わかる、わかるよ。私もそうだった。」と話を聞いてくれたそうです。

私も子育ての悩みを話せる場に時々参加していますが「わかる〜」「同じだよ〜」「そういう時はね」と話をしながら泣いたり笑ったり、支えられたり支えたりしながらポチポチやっています。調べると「家族の会」「当事者の会」「患者会」「男性介護者のつどい」など話せる場所はいろいろあるようです。「健康友の会」もありますよ!

.. こすもすデイでも年2回家族会を開催しています。ぜひおしゃべりに来てください。

## コスモス写真展



1月

2月



3月



4月



5月



6月



コスモスの施設前にある看板を毎月撮影しています。

移ろいゆく季節、雲や空の色と音は毎日違う表情を見せてくれます。

そしてデイご利用の方々の素敵な作品を楽しんでいます。

これからも地域の皆様が立ち寄りたくなるようなコスモスを目指していきます



一日一笑

施設長の  
山田です