

ひといき

【発行】掛川市在宅介護者の会 会長 平岩正至

【事務局】掛川市掛川910-1 TEL22-1294 (掛川市社会福祉協議会内)

みなさんに やさしさのひと言！



介護に焦らないで..“てくてく てくてく”



施設見学報告

平成27年8月26日(水)



リハビリ室、入浴施設、個室の中など、丁寧に説明していただきました。

施設見学と希望の丘・ふくしあのお話を聞きました！

★施設見学 10:20～

東病院・桔梗の丘（掛川市杉谷南）

★昼食・交流会 12:00～

魚友（掛川市仁藤町）

*暑い中、大勢の方のご参加をいただきました。ありがとうございました。

史上初！！（参加者：64名）



希望の丘・中部ふくしあの説明、丁寧に話して頂きました♪

こんな感想をいただきました！

- 最新の設備を見られてよかった。
- 素晴らしい設備で、老後も安心です。
- このような新しい施設など、なかなか見学できないので、見学できてよかったです。
- ラスールも見学したかった。

※3ページにも掲載があります♪



▲最新の体組成計で測定！！



魚友さんで美味しい食事をいただきました♪



介護は私の宝物

大東支部 堀川 一恵



義母を見送って二年半が過ぎようとしています。義母と家族になって

四十五年間の生活でした。私が嫁いできた時、母は四十六歳でした。三十八歳で主人を亡くし、主人の両親と共に農業に励み、二人の息子を育て上げました。

母は若くして夫を亡くした為か、とても気丈な人でした。そんな母も、八十歳を

過ぎる頃より、ケアマネージャーさんの御世話に成り始め、デイサービスに通い始めました。最初は、「そんな処へは行かないよ」と言っていました。一度行ってみると、とても楽しかった様で、自分から「休む」と言ったことが一度も有りませんでした。軽く認知症が出て、通所の日でなくてもカバンを持って玄関で座ってデイサービスのお迎えを待つ事もありました。約九年間、御世話になりました。最後の半年間は寝たきりの生活となり、訪問看護の方々の御世話になり、日を追う毎に回数も増えて、近所の介護経験の先輩の沢山のアドバイス頂き、本当に助かりました。ミキサー食になり、トロミ粉を入れてお茶を飲ませ、それでも「このお粥はうまいな」と言って、亡くなる前の朝まで沢山食べてくれました。お風呂も週一回入れに来て頂き、とても気持ち良さそうでした。いつも「眠いやーねむい」と言っていて、私は一度たりとも起こされた事は有りませんでした。

最後は、朝まで沢山食べていたミキサー食も、お昼にはピタッと口を開かず食べなくなりました。それからはローソクの炎が静かに消えるかの様に、息子に手をさすって貰いながら、静かに息を引き取りました。見事な旅立ちでした。

私は母の枕元に座り、無事に介護が出来た安心したのか、泣けて泣けて仕方ありませんでした。その時、私の二男が「母さんよく介護が出来たね」と、言ってくれたので「それは家族だからね」と、返事をしました。

義母の為ではなく、自分の為に良い嫁になろうと、女優を演じさせて貰いました。自分に悔いが残らない様に、精一杯の力で義母の介護をしていた時が、一番幸せな時だったなと思います。なぜならば、数多くの宝物を義母から貰いました。葬儀の日、白鳩と共に、天高く舞い上がっていった義母を思いだしながら、筆をとらせて頂きました。

現在介護中の皆様、大変ですが、必ず沢山の宝物が授かります。元気で頑張ってください。

お花の香りでリラックス 秋の花 ～金木犀～



名前：キンモクセイ

別名：木犀花（モクセイカ）、丹桂（タンケイ）

花言葉：「謙虚」、「気高い人」

10月になり、外では、金木犀の香りが少しずつしてくるようになってきました。季節の変わり目を、心地よく感じることができるのではないのでしょうか。花言葉の「謙虚」の由来は、甘く素晴らしい香りに対して、控えめな小さな花をつけることにちなみます。金木犀のように、謙虚な姿勢で、日々を過ごしていきたいと思えます。

募集

◆家族介護支援事業

「リフレッシュ旅行」のお知らせ

今回は近場でのんびりしま～す。日頃の介護の疲れを忘れ、おいしい食事と、仲間との楽しいひとときを一緒に過ごしましょう。

月 日：11月13日(金)

行き先：道の駅掛川（お買い物）
つま恋（会食・交流会）



日 程：出発 大須賀支所 9:15 → 大東支所 9:30
→大東北運動場 9:40→ 生涯学習センター10:00

道の駅掛川 お買い物（10:30～11:10）

つま恋 会食・交流会（11:20～13:30）

帰路 最終：大須賀支所 15:00

参加費：会員は600円（会費から400円補助）会員外は1000円
※当日集金

対 象：高齢者を介護している家族等

締切日：各支部連絡員さんへ11月5日(木)迄



※詳細は各支部役員または事務局へ

申込み・問合せ：掛川市社協（本所）（担当：児玉・黒柳）

TEL 22-1294 FAX 23-3319

ちょっとつぶやき広場から

～ 声をお寄せください ～

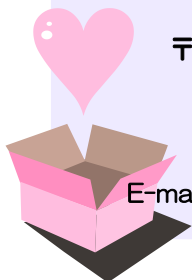
●「ちょっとつぶやき広場」として、みなさんからの声を掲載するコーナーを開設しています。ちょっとだれかに聞いてほしいことなど、どんなつぶやきでもOK！事務局までお寄せください。

〒437-0079 掛川市掛川910-1

掛川市総合福祉センター2階

TEL22-1294 FAX23-3319

E-mail: info@kakegawa-syakyo.or.jp



ちょっとつぶやき広場

- 行きたいと思っていた所でしたので、見学できてよかったです。
 - 今後このような計画是非お願いします。
 - 次回も、新規に建てられた施設を見学したいです。
 - 帰ってから晩御飯の仕度ができるのがよい。
- ※施設見学に参加されたみなさんからのメッセージです。
ありがとうございました。

情報

在宅介護者のおしゃべりサロン

のんびり



ほっと一息ついたり、楽しくおしゃべりをしてのんびり過ごしましょう♪

日にち	会場	時間
11/20(金)	東部ふくしあ	全会場 13:30~15:30 ※入退室は自由です
1/14(木)	中部ふくしあ	
2/23(火)	西部ふくしあ	

対象者：在宅で介護されている方、これからする方、介護を終えたOBの方。

(それぞれの会場のエリア以外に、お住まいの方も参加できます)

内容：介護者同士のおしゃべり（お話を聴くだけでも大丈夫です）

【申込み・問合せ先】担当：黒柳 電話 22-1294 FAX：23-3319

(西部会場：森 東部会場：岩瀬 中部会場：佐藤)

どこの会場でも
参加可能です♪



男性介護者のための料理教室



平成27年9月26日(土) 大東保健センター

- ◆講師：山本さとみ先生（管理栄養士）
- ◆内容：栄養の話、調理実習、昼食交流会
- ◆献立 ①ごはん②肉豆腐③里芋の抹茶塩
④味噌汁⑤牛乳カン

毎日の料理が大変という男性介護者のための料理教室を開催しました。初めてエプロンをしたという方もいましたが、先生の丁寧な説明とお手伝いさんの協力であっという間に完成♪美味しくいただいた後は、男性同士の介護の悩み、苦勞を話し合いました。

※レシピが欲しい方はご連絡ください。

- ・仲間ができてよかった♪
- ・また参加したい！
- ・料理のコツを知ることができた！
- 【参加者の声】



● 編集後記 ● 今年もあと2ヶ月、外には涼しい風が吹き始めました。

会の事務局を担当させていただいて、半年が過ぎましたが、ご迷惑をかけてしまっている事も多々あったと思います。11月にはリフレッシュ旅行があります。日頃の介護の疲れを少しでも、癒せるような旅行にしていきたいと思います。(事務局：黒柳)