

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”



在宅介護者の会総会・講演会

平成27年5月21日（木） たまり一な



たくさんの方の参加ありがとうございました。



講師の河田珪子先生

～今年度の活動紹介～

- * 総会・講演会（5/21）
 - * 介護教室（6/24・1/27）
 - * 施設見学（8/26）
 - * 介護者のつどい（11/13）
（リフレッシュの会）
 - * 支部別交流会
 - * 介護者つうしん発行（年4回）
- ♥この日程で行いますので、予定を入れてください。おおぜいの方のご参加をお待ちしております。

◆講演会

「ずっとここで暮らしたい」

常設型茶の間 うちの実家代表 河田珪子氏

- ・自信の体験を通して、居場所の大切さを話していただきました。
- ・当日は60名くらいの参加がありました。

こんな感想をいただきました！

- ・体験談は、身近に感じることができた。
- ・説得力があり、感動した！
- ・明日からまた、前向きに介護に取り組もうと思います。

夫と私

掛川支部 波多野久子



十六年前の、夫五十歳の時に心筋梗塞で倒れ、蘇生後、脳に障害が残りました。（高次脳機能障害、若年の認知症（当時は痴呆））私にとっては理解できない、異常行動をとる夫になってしまったのです。振り返ってみると、何の知識もない私は独断と偏見の介護を続けていたと思います（現在もそうかな？）

精神的に全く余裕がなく、焦るばかりで、不安と怒りの毎日だったと思います。それでも、四十八歳であった私はがむしやりに頑張っていたのも事実です。夫を少しでも治したいと！もがきもがき、あれからあつという間の十六年です。孫の三人は、それぞれ一年一年成長が見られますが、夫は残念ながら無理でした。しかし、熟年（？）の私の介護で、以前とは少し違う、生活を送っているような気がしています。

穏やかないい時間を夫も過ごしているなあと思える時がありますし、勿論私自身も、とても大切なリフレッシュの時間を上手にとる事ができるようになってきているではありませんか。

夫と私、一日一日を大切に、あまり力まず、自然にいい空気の中で生活が続けていけるように心掛けたいと思います。

「介護は明るく楽しくかつこよく！」

（NHK Eテレ介護百人一首の毒蝮三太夫）

冷蔵庫に貼って
あります

綺麗なお花を見てにっこり♪ 夏の花 クレマチス



名前：クレマチス

別名：テッセン（鉄線）

カザグルマ（風車）

花言葉：「高潔」

「精神的な美しさ」

「旅人の喜び」

夏は、綺麗な花が咲き誇る季節。クレマチスはつる植物で、色々なところにまきつき、お庭を華やかにしてくれます。

長泉町には、「クレマチスの丘」という、様々な品種のクレマチスが一年中見られる美術館もあります。

花は、気持ちをパッと明るくさせる魔法をもっていますね♪

認知症の家族を介護されているみなさんへ ～「笑顔のつどい」のご案内～



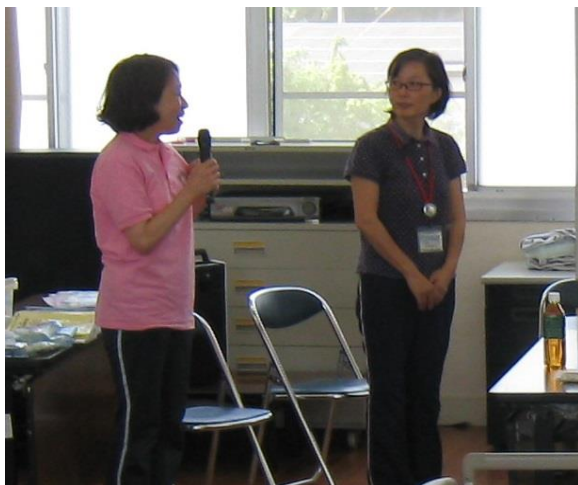
おしゃべり中心の気軽な仲間づくりの場です。同じ立場である介護者のみなさんと一緒に日頃の不安や悩みを解消しに来ませんか。あなたを仲間が待っていますよ♪

北会場	総合福祉センター 2階	南会場	奇数月／大東市民交流センター 偶数月／大須賀老人福祉センター
7/31(金)	おしゃべりサロン	7/8(水)	おしゃべりサロン
8/28(金)	ヨガ	8/19(水)	おしゃべりサロン
9/25(金)	おしゃべりサロン	9/9(水)	介護講座
10/30(金)	おしゃべりサロン	10/14(水)	おしゃべりサロン

※対象は、認知症の家族を介護されている方等 ※毎回 15:00 終了予定ですが、退室は自由です。
※上記ご案内は、7月～10月の予定ですが、「笑顔のつどい」北・南会場は、毎月一回行っています。

【申込み・問合せ先】 本所 (担当/黒柳) 電話 22-1294
大東ふくしあ社協 (担当/春田) 電話 72-1135
大須賀ふくしあ社協 (担当/堀場) 電話 48-5531

介護教室『介護の基本情報について』開催 6月24日(水)



訪問介護職員 久保氏・赤堀氏

今回は、当会訪問介護職員の久保氏と赤堀氏に、訪問介護のことや、介護の基本について教えていただきました。

日ごろの介護が、楽にできるような技や、介護用品の説明、介護する側のケアについても、丁寧に優しくお話していただきました。

今後在宅介護者の、強い味方になってくれると思いますので、ご相談下さい。

(会場/総合福祉センター 参加者/21名)

訪問介護について

訪問介護さんがくると...

- ・普段声をかけてもなかなか動いてくれなかったお父さん(要介護者)、ヘルパーさんがきたらすぐに動いてくれた!
- ・部屋がなかなか片付けられなかったけど、ヘルパーさんがきて一緒に片付けができた!

上記のような、日常のちょっとした困りごとを一緒にお手伝いしてくれます。まずは担当のケアマネさんに相談してみてください!!

ちょいっぴいふやき広場

- オムツの交換、介護者のベッド内での移動など、大変参考になった。
 - 優しい気持ちで介護できるように頑張ります。
 - 一つ一つ道具を使って、細かく教えていただきましたので、参考になった。
 - 講師の先生が、親切に教えてくださり、よかったです。
 - 動かす時の姿勢について参考になりました。
- ※介護教室に参加されたみなさんからのメッセージです。

募集

◆家族介護支援事業

施設見学のお知らせ

月 日：**8月26日（水）** ※送迎があります。

見学先：**希望の丘（掛川東病院・桔梗の丘）**

送 迎：**東病院・桔梗の丘見学** 10:30～11:30

施設の中を見学し、説明をしていただきます♪

希望の丘・ふくしあ説明 11:30～12:00

中部ふくしあの保健師さんが説明して下さいます♪

昼食・交流 魚友（掛川市仁藤町）12:10～14:00

♥おいしいお食事をいただいた後は、のんびりしましょう！

帰り 14:00 魚友 発

最終：大須賀支所 14:55 頃

参加費：**800円**（当日集金：昼食負担金）

送 迎：大須賀支所 9:20→大東支所 9:40→北運動場 9:50
→掛川生涯学習センター 10:10→希望の丘 10:20

対 象：高齢者を介護している家族等

申込み：各支部連絡員へ**8月12日（水）迄**
※詳細は各支部役員または事務局へ

事務局：掛川市社会福祉協議会（担当：児玉・黒柳）

TEL 22-1294 FAX 23-3319



ちよつとつばやき広場から

～ 声をお寄せください ～

●「ちよつとつばやき広場」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。ちよつとだれかに聞いてほしいことなど、どんなつばやきでもOK！事務局までお寄せください。

〒436-0079 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

決定！

リフレッシュの会
11月13日（金）

詳しい内容は次回お知らせします。
ショート等の予約にお役立て下さい。

● 編集後記 ●

今年度から、事務局の職員が交代となり、今回がはじめての介護者通信の発行です。

慣れない部分も多く、皆様にはご迷惑をおかけすることもあると思いますが、一生懸命取り組んでまいりますので、今後ともよろしくお願いします。

（事務局：黒柳 涼）

