

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



★施設見学 10:00~11:30

介護老人保健施設「さわだの庄」

★昼食・交流会 11:50~13:20

竹の丸

平成28年8月24日(水)



さわだの庄では、職員の方の丁寧な説明の後、デイサービスセンター・入所利用個室・入所利用テイルームなど施設内を見学させていただきました。



リハビリのパチンコはお金は賭けません♪
初めて見て・触れて、驚きました！

こんな感想をいただきました！

- 施設の職員さんの説明がとてもわかりやすく良かったです。
- リハビリテーションも新しい感覚のものがあり楽しそうでした。
- 自分も老いていく身、大変参考になりました。
- 多機能の施設も見たいです。



竹の丸では、おしゃべりがはずみました。



暑い中、大勢の皆さんのご参加、ありがとうございました。

参加者50人

前向き介護で

大須賀支部 大久保 とみ江



「行って来るでね」

今日はデイサービスの日ではないのに九十五才の義母がカバンを下げてきます。

「どこへお出かけですか？今日はデイではないよ。カレンダーに丸印ついてた？」と私も言ってみるけれど「今日は行く日じゃん！行って来るで！」と言って外に出かけていきました。五分程、外の椅子に腰掛けていましたが、ちよつと可哀想になり、言い聞かせて家に連れて来ます。

二年前までは雨の日も風の日も、自転車で畑に行き、一年中の野菜を作ってくれていた義母ですが、その頃から自転車で転ぶことが多くなり、思い切って手押し車に変えたところ、畑には全然行かなくなり、家の中で居眠りしていることが多くなりました。耳の方も大変遠くなり、話し掛けてみても長続きしません。毎回同じ話の繰り返しではありますが、本人にとっては毎回初めての会話だと思っているのではないかと思い、私も相づちはしますが、聞き流す時もあります。そんな義母を見て主人はガミガミと言っていますが、この年齢になれば仕方のない事だと毎日自分に言い聞かせています。そんな折、友人から「笑顔のつどい」に誘われ入会して皆さんのお話をお聞きしてみれば、まだまだ大変なご苦労をされている方が大勢いらっしゃいました。その方たちの事を思えば私の介護は始まったばかりで大した事ではないと思えば、本当に心の洗濯ができました。

ふり返ってみれば今まで一緒に生活してきて、わからない事は教わり、困った時は助けてくれたのは義母です。そんなことを思い、これからもお世話になった義母への無理のない介護で暮らしていきたいと思えます。

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、お茶を飲みながらのんびり過ごしましょう♪

日にち	会場	時間
12/21(水)	大東ふくしあ	全会場 13:30~15:00 ※入退室は自由です
2/15(水)	東部ふくしあ	

対象者：在宅で介護されている方、介護を終えたOBの方

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）

【問合せ先】担当：堀場 電話 22-1294 FAX：23-3319

（大東会場：片岡 東部会場：岩瀬）

お住まいの地区に関係なく、どこの会場にも参加いただけます。



男性介護者のための料理教室を開催しました



料理は毎日のことで大変なんだよね・・・という男性介護者の皆さんのお声を受けて、栄養士の鈴木順子先生をお招きして「普段に普通に作ることでできる料理」を教えてくださいました。

平成28年9月24日（土）
徳育保健センター

【参加者の声】

- ・手軽にできる料理で、すぐに家でも一品にしたいと思います。
- ・丁寧なわかりやすい説明で楽しくできました。
- ・しばらくぶりでバランスのとれた美味しい食事ができました。

◆献立◆

- ①ごはん
- ②肉じゃが
- ③豆腐とわかめのみそ汁
- ④さば(缶)のおろしかけ
- ⑤きゅうりのひたひた
- ⑥オレンジゼリー



レシピをご入り用の方は、お気軽に事務局までご連絡ください！

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／大須賀市民交流センター
11/25(金)	おしゃべりサロン	11/9(水)	おしゃべりサロン
12/16(金) 午前中から 開催します♪	簡単クッキング 年1回の企画です！ 昼食を作って会食しますので、午前中から開催します。 午前10時～午後3時	12/14(水)	リフレッシュ ヨガ教室 年1回の企画です！ 体の疲れを癒す方法も教えていただける機会です。 午後1時30分～3時

※15時までの開催ですが、途中退出も自由です。
※上記ご案内は、11月と12月の予定ですが、「笑顔のつどい」は、毎月1回行っています。

12月の笑顔のつどいは、いつものおしゃべりに加えて特別企画を予定しています。

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

ちょっとつばやき広場

今回は、西部ふくしあで開催された「のんびり」の参加者の皆さんからの声を掲載します。

- 年に1回、地元「のんびり」が開催される時だけは、参加しています。来年もまた参加しますね。
- 地区の人にも、「のんびり」があることを知ってもらいたいです。
- 短い時間でも、おしゃべりする機会があるのはとっても嬉しいことです。明日からも介護をがんばれます。
- 自分だけが大変と思ってしまう時があるけれど、みんな苦労していることがわかって気持ちが楽になりました。



ちょっとつばやき広場から

～ みなさまの声をお寄せください ～

- 「ちょっとつばやき広場」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。ちょっ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！是非、事務局までお寄せください。

〒437-0079 掛川市掛川910-1
TEL22-1294 FAX23-3319
E-mail: info@kakegawa-syakyo.or.jp



- 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。在宅介護者の会では、この通信でもお知らせしているとおり、定例のサロンや、年1回の行事などを開催しています。嬉しいことに、どの事業にも数名ずつ初めて参加して下さる方がいらっしゃいます。おしゃべりの中でもお互いに助けられたり助けたりする場面に出会うと心があたたかくなります。人がつながっていくことが素敵なことであると改めて感じています。(事務局：堀場美和子)