

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25年5月24日(金) 徳育保健センター



平岩新会長です。よろしくお願いします。



講師の和田行男先生

～今年度の活動紹介～

- * 総会・講演会 (5/24)
- * 学習会 (介護教室) (6/25・2/2)
- * 施設見学 (8/29)
- * 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 「これからの認知症ケアを考える」 講師 介護福祉士 和田 行男 氏

今年の講演会は、一般の方にも呼びかけをして、おおぜいの方の出席をいただきました。ありがとうございました。(参加者 107名)

こんな感想をいただきました！

- ・実体験にもとづいたユーモアあふれるすばらしい講演でした。
- ・先生の力強い信念を感じる講演会でした。
- ・辛いのは介護している人ではなく、本人が一番辛いんだという事、気がつきました。

会長を辞退させてもらいました

大東支部 岩倉廣治



二十二年前の暮れに、妻が自転車ごとトラックに飛ばされる事故に会い救急車で病院へ、手術を受け絶望に近い状態であった。脳内出血を取り除けばパーセント位の望みはあると説明を受け、手術をお願いし、各種機械が取り付けられ集中治療室での治療が何日も続き、無意識のまま何日も過ぎた。一年半の入院治療をしたが、左半身麻痺になり退院、病院にリハビリの為通いはじめる外は自宅での介護が始まった。

朝ベットから起し、衣服の着替えから食事にトイレにと、介護を何もやった事がなくわからず、この先どうしたらよいか悩んでいる時、社協の中に「介護者のつどい」として懇談会や交流会があることを知り、仲間に入れてもらいました。介護者の会を通じて情報交換や介護に対する知識を深めて行くために当事者の会を作ろうと話題を出し、社協のご指導を戴き、平成八年に「大東町在宅介護家族の会」を発足させたのです。「会を作ろう」と、言い出した私が会長にさせられ、その後続いてきたのです。その後、一市二町の合併、「掛川市在宅介護者の会」として現在まで活動を続けてまいりました。

昨年三月、温室内で作業中倒れてしまい救急車で掛川病院に行き、内視鏡検査の結果、「胃がん」である事がわかり全摘出手術をしたのです。退院後、胃が無いので食事もし少ししか食べられず体力もなくなり、思うように働けなく気力もすっかりしていなければと思っても気落ちしてしまふ、抗がん剤の服用をしないと再発するとのことで副作用で気力、体力の衰え等々ひどく、会長の辞退を考えたのですが、任期中中でもあり、役員の方々に役員構成をやり直すにも迷惑がかかると思い、一年なんとか頑張つてまいりました。今年度任期で改選の年になりますので、大東町時代から十八年間務めてまいりました会長を辞退させてもらうことにしました。

新会長をはじめ各役員の方々にも今までお世話になったこともあり、副会長として体の続くかぎり協力をして参りたいと思っております。会員の皆様方にも御協力の程、誠にありがとうございます。今後ともよろしくお願い致します。

おいしい介護食 簡単レシピ

蒸しなすの中華風



◇材料

蒸しなす 2～3本

◇たれ

しょうゆ 大さじ3

酢 大さじ1

砂糖 少々

ごま油 少々

ねぎ・しょうがの

みじん切り 少々

つるんとした食感がたまりません。冷やすとおいしいですよ。

【作り方】

たれの材料をまぜあわせておく。食べやすい大きさに切った蒸しなすにたれをかける。市販のドレッシングでもよい。

【蒸しなすの作り方】

なすは1本ずつラップに包み600wで1分半かける。

※裾野市家族会から情報提供

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 | 南部会場 | 奇数月／市役所大東支所 3階 偶数月／大須賀老人福祉センター |
|----------|-----------------|----------|-----------------------------------|
| 9/27(金) | リフレッシュ (マッサージ) | 9/11(水) | おしゃべりサロン |
| 10/25(金) | 交流会 | 10/ 9(水) | おしゃべりサロン |
| 11/29(金) | リフレッシュ (かんたん調理) | 11/ 6(水) | おしゃべりサロン |
| 12/27(金) | おしゃべりサロン | 12/11(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、9月～12月の予定ですが、「笑顔のつどい」北会場は、毎月一回行っています。
南部会場は9月より毎月行います。詳しいことは下記へお問い合わせください。

【申込み・問合せ先】本所 (担当/ 森) 電話 22-1294
大東ふくしあ社協 (担当/ 角替) 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『高齢者の口腔ケア』開催 6月25日(火)



今回は、歯科衛生士の名倉寿美子先生を迎えて、介護で歯みがきをする際のポイント、歯ブラシの選び方、マッサージの方法、誤嚥性肺炎について学びました。食べる力は生きる力、自分や家族の生きる力を守るため、がんばって気持ちよい歯みがきができるようにしたいと思える、素敵な介護教室でした。講師の先生、参加者のみなさん、ご協力ありがとうございました。(会場/大東保健センター 参加者/20名)

介護のヒント!



紙コップに切り込みを入れたもの使うと首を動かさなくても飲めます。お試しください。
*切り込みの方を上(鼻側)にして飲んでください。
(介護教室の名倉先生より)

ちょっぴりおしゃべり広場

● わかりやすく、楽しく学ぶことができました。

● 歯だけでなく、口の中全体を刺激することが大切だということがとても参考になりました。

● 笑うこと、本当に大切ですね。

● 口腔ケアの必要性をしっかりと教えていただきました。自分のケアもできるので参考になりました。しっかりと歯みがきして、口の中のケアをします。

※介護教室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。



募集

◆家族介護支援事業

施設見学のお知らせ



月 日：**8月29日（木）** ※送迎があります。

見学先：**くにやす苑**（特別養護老人ホーム）

掛川市国安（見学時間 10:15～11:45）

送 迎：**行き**

・掛川生涯学習センター 9:30 → 子隣サークルK前 9:40

大東北運動場 9:50 → 大東支所 10:05

・大須賀支所 9:45 → 大東支所 10:00（別送迎・合流）

昼食・交流 大松（掛川市千浜）

♥**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

大松 14:00 発 最終：掛川生涯学習センター 14:50 頃

参加費：**800円**（当日集金：昼食負担金）

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19日（月）迄**

※詳細は各支部役員または事務局へ

事務局：南部大東ふくしあ社会福祉協議会（担当：角替）

TEL 72-1135 FAX 72-6677



ちよつとつばやき広場から

～ 声をお寄せください ～

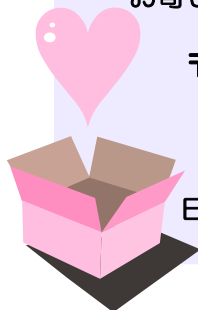
●「ちよつとつばやき広場」として、みなさんからの声を掲載するコーナーを開設しています。ちよつとだれかに聞いてほしいことなど、どんなつばやきでもOK！事務局までお寄せください。

〒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（水）

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 ●

毎日、厳しい暑さが続いています。お疲れではありませんか？先日、スーパーで冷やして飲む甘酒を見つけました。熱中症予防として、水分・塩分・糖分の補給ができます。飲みやすくおいしかったですよ。甘酒のお好きな方、お試しください。休養を十分とって、暑い夏を乗り切ってくださいね。

（事務局：つのがえ）

