

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】掛川市杉谷南 1-1-30 TEL28-8546 (中部ふくしあ内)

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30年8月24日(金)

社会福祉法人大東福祉会 特別養護老人ホーム大東苑を見学させていただきました。

土井施設長様から法人概要や介護保険制度について丁寧に説明していただきました。改修工事を経てリニューアルした施設内の居室や機能訓練室、デイサービスの様子も見学させていただきました。以前は4人部屋であった居室が個室になりました。太陽の光が入りとても明るいお部屋でした。また、機能訓練室はたくさんの器具が揃い、入所者の方が一生懸命、機能訓練に励んでおり、見学した私たちも元気をもらいました。



★施設見学 10:00～11:30

★昼食・交流会 11:50～13:40

社会福祉法人 大東福祉会

特別養護老人ホーム「大東苑」



施設内の案内・昼食懇談会まで各グループに職員の皆様が同席していただき、日々介護する中での悩みごとや質問に優しく対応してくださいました。

大勢の皆さんのご参加、ありがとうございました。(参加者：38人)

こんな感想をいただきました！

- ・施設見学は自分の将来に関して考えるいい機会を得ました。
- ・長く開設している施設なので歴史を感じます。その時々でのニーズで変更されたりいい施設でした。施設長さんの穏やかな話しも参考になりました。

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
11/30(金)	おしゃべりサロン	11/14(水)	おしゃべりサロン
12/21(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	12/12(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。

※13時30分～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。

【申込み・問合せ先】

中部ふくしあ社協 (担当/後藤) 電話 28-8546
大東ふくしあ社協 (担当/前田) 電話 72-1135
大須賀ふくしあ社協 (担当/春田) 電話 48-5531

どうぞ、お気軽に
ご参加ください！



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」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。

参加者：10人

平成30年9月20日(木)

大東保健センター



◆献立◆

- ①魚の照り焼き ②かぼちゃのそぼろあん
- ③大根サラダ ④秋たっぶり汁
- ⑤やわらかミルクゼリー



【参加者の声】

- ・すぐ家で試してみたい。
- ・味付けをしないで、素材の味だけで美味しさを感じることができることに驚いた。
- ・食事のバランスについても知ることができて、大変勉強になった。

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！

夫と共に

大東支部 白井君代

織布業を営んでいた夫は、七十代半ばで仕事から離れ、自宅で気ままな生活を送っていました。

趣味だったカラオケや、読書にも次第に興味がなくなり、朝晩の犬の散歩以外は殆んど、何も行わなくなりました。徐々に足腰ももどかしくなって来た認知症初期の出来ごと。

自宅前を車が頻繁に往来する道路で転倒し、うつ伏せになったまま動けずに居るところへ、大型トラックの急ブレーキの音、あわやという状況で私は慌てふためき、うろたえるばかりでした。ドライバークさんの素早い対応で救急車にて病院へ、左腕骨折で手術、一週間の入院、一ヶ月半ベッドでの生活でしたが、痛みも徐々に減り、動かせるようになりました。私も高齢ですので共倒れにならないとも限りません。悩んで居た矢先、地域包括支援センターさんの紹介でデイサービスを利用させていただくことができました。

翌年には、腹部の病気で三ヶ月の入院、当初医師からは、回復は望めないと告げられましたが、奇跡的に助かり、退院でき、二週間後には、週三回デイサービスに通える迄になりました。

平成二十九年五月、またもや左大腿骨骨折、中東遠総合医療センターに入院し、続いて聖隷袋井市民病院に転院、手術、リハビリの結果、歩行器使用ではありますが、歩けるようになり、八月下旬になって退院できました。

次々と苦痛の連続でしたが、夫はよくがんばったと思います。夫の入院中、私は週三回、交通機関を利用し面会に行き、励ましてきました。その間少しの疲れも感じませんでした。気力ががんばったんだと過去を振り返り感じています。

退院後の在宅介護はとても大変で、関係者と話し合い施設への入所を判断しました、家族としては複雑な思いでしたが、本人は何の抵抗もない様子で、施設の皆さんに「新参者です、よろしく」と挨拶をして仲間入りしました。

認知症の夫に昼夜寄り添い、苦言を発することなく快く介護できたことに、自分なりにあらためて、満足感を味わって居ます。介護の会に入会させて頂き、講話および皆様の体験談を伺ったことでがんばって悔いのない介護ができたのだと思います。本当にありがとうございます。

現在、夫はグループホームで同僚の皆さんと共に、穏やかな日々を過ごしております。私は度々面会に行き、一時間程雑談をして来るのですが帰りには毎回「気をつけて帰れよ」と言ってくれます。その一言で認知症が過度には、すすんでいないと、私なりに欲目で解釈しています。何時迄も、夫婦であることを忘れないでねと、心の内で願い帰路に着きます。現在夫は八十七才、私は八十四才のこされた人生、夫婦の絆を大切に過ごして行こうと思います。

募集券

◆家族介護支援事業

「リフレッシュ旅行」のお知らせ

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9日（金）

行き先：龍潭寺（観光）

農家のレストラン・とんきい（昼食）

JA ファーマーズマーケット（買い物）

日 程：出 発 9:00 総合福祉センター→9:15 子隣ファミリーマート前
→9:30 大東北運動場→9:40 大東支所→9:50 大須賀支所

龍潭寺 観光（11:10～11:50）

農家のレストラン・とんきい 昼食（11:55～12:55）

JA ファーマーズマーケット 買い物（13:00～13:30）

帰 路 最終：15:30 総合福祉センター

参加費：会員／600円（会費から400円補助）会員外／1,000円

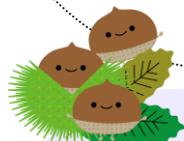
*参加費は当日集金します。

対 象：高齢者を介護している家族等

締切日：10月26日（金）迄

申込み・問合せ：中部ふくしあ社協（担当：後藤）

TEL 28-8546 FAX 28-8547



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。

〒436-0030 掛川市杉谷南 1-1-30

中部ふくしあ社会福祉協議会

TEL28-8546 FAX28-8547

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



● 編集後記 ● 今年の夏はこれまでに経験したことのない暑さが続きましたね。今までエアコンを使わないで過ごされた方も今年は使って部屋を涼しくしていたのではないかと思います。暑い夏も終わり、朝晩涼しい日々になりました。夜は鈴虫の音が聞こえるようになり、少しずつ秋を感じます。中秋の名月の日には綺麗な満月で思わず見とれてしまいました。11月のリフレッシュ旅行は大河ドラマ「直虎」の舞台となった龍潭寺の観光・お食事・お買い物を計画しました。是非、ご参加ください。（事務局：後藤袖季）