

和なごみ

第16号

山口市介護者の会広報紙 令和6年3月発行
介護者の会事務局／山口市上堅小路 89 番地 1

「互いに励まし、助け合いの想いを！！」

会長:来栖 和子



桜前線は、どこまで来たのでしょうか。開花が楽しみです。皆様には、山口市介護者の会に温かいご理解、ご協力を賜りありがとうございます。今年も、元旦から能登半島の大きな地震や、飛行機の衝撃的な事故で本当にびっくりし、心病んでいます。一日も早く当事者の方々が立ち直れるよう祈るしかありません。「あんな事こんな事があったね」って笑える日が来ることを願っています。地震や防災の教訓として避難グッズや避難の在り方（山口市防災ガイドブック）など時には、目を通しましょう。

さて、今年度は介護保険・医療保険・傷害保険が、6年に一度のトリプル改正の年です。どんな改正になるのか、関心深いですね。時期を見て、お話を聞きましょうね。また ホットニュースでなんとニューヨークタイムズの「2024年に行くべき52ヶ所」選ばれ、山口市が世界で3位になりましたね。五重の塔は、夜のライトやシートの一面を透明にして大騒ぎ、喜びも大きく大層なおもてなしで、いろいろ試行錯誤されていますね。私達の山口市が誇らしげに感じるこの頃です。

3月の茶話会は、徳地地区で、認知症を支える家族の会「やすらぎの会」の皆さんと交流会を行う中で、地域の作業療法士さん指導の体操や、情報交換・お楽しみ会など、楽しいひと時でした。今年度の行事も無事終わることができました。皆様に感謝いたします。介護者の会員みんなで心の和みを深めていきましょう。

出張介護相談会を開催しました

場所 佐山地域交流センター
日時 9月7日(木) 13:00~15:00
講師 田中宏史先生(内科医医師)

医師による医療相談・地域包括支援センター職員による福祉相談・介護経験者と介護の悩み相談等



山口市ボランティア連絡協議会 交流会に出展しました

日程 11月16日(木)
グループによる活動発表後
「いのちを唄う」と題して浄土宗法界寺住職 辻田昌次氏による基調講演を傾聴しました。



活動状況をPRしました！

介護実践教室を開催しました



演目

- ・ 認知症とは
- ・ 認知症の症状
- ・ 対応方法について
- ・ 本人・家族の思い
- ・ 認知症サポーターとは

場所：大歳地域交流センター

日時：10月26日（木）10：00～12：00

内容：認知症サポーター養成講座

講師：鴻南地域包括支援センター 職員



感想

身近で起こりうる認知症、明日は我が身かも、出来る事を出来る時に、サポート出来たらと思います。頭の体操を交えての講座、確りと受け止めました。有難う御座いました。



リフレッシュ旅行

を開催しました

岩国国際観光ホテル

令和5年11月9日(木)

参加者 22名



ご報告

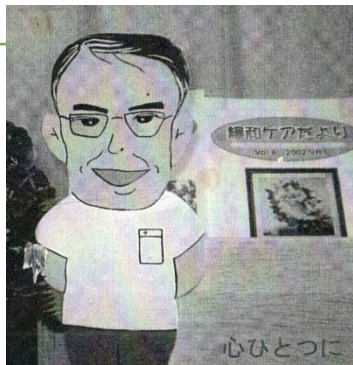
お天気に恵まれ、新型コロナウイルスも少し落ち着き、周りを気にせずゆっくりと出来ました。

昼食は岩国寿司・大平・天ぷら・蕎麦と蓮根尽くしの会席膳。ご馳走さまでした。

昼食後は、温泉・錦帯橋・岩国城・漬物のうまもん・城下の散策と、思い思いに過ごしリフレッシュしました。参加出来た事に感謝し、来年も参加できるように、体調維持に努めたいと思います。



在宅介護講演会 開催しました！



日時:12月14日(木)13:30~15:00
場所:山口市社会福祉協議会南部支所
講師:末永和之氏(すえなが内科在宅診療所院長)
テーマ
「在宅介護と在宅医療について」

自宅での看取りに家族として必要なことは、
本人も家族も自宅での最期まで過ごす覚悟、
家族全員が看取りという方向性が同じであること、
看取りは死に逝く人の全人生を看取ることである。

参加者の想い (アンケートより)

- 人生を看取るのは家族。去り行く人に感謝と安心を。の言葉が心に残りました。
- 主人を介護しています。いつかは施設に入れる事ばかり思っていました。
考えを変えなきゃあとと思いました。
- 看取りの覚悟について、非常に重い責任を感じました。自分では1日1日出来ることがあることに感謝の思いで暮らしていきたいと思っています。
- 今、山口市の在宅介護の実態を知りたい。対応してくれる診療所あるいは事業所(?)数。
医師、看護師の数。今後希望する利用者は増えるが対応できるのか。
今後、どのような計画があるのですか？
- 具体的な最後の言葉をありがとうございました。感謝、安心、おかげ様。

最期の祈りの会話

逝く人	【おかげさまで ありがとうね】	心ひとつに
残される人	【ありがとうね おかげさまで】	共生・回生・再生

つぶやき

三寒四温
体調に
気を付けましょう

有るようで無いのが反省
無いようであるのが七癖

(次号へつづく)

近頃出会いは少なく、別れが多くなった
四季の変化に、
季節感が分からなくなった今日この頃です

【各地区の活動報告】

やまぐち介護者（家族）の会

秋に阿知須道の駅で食事し、きらら自然公園に車いすの方も一緒に野鳥等見学に行きました。恒例の干支作り「辰」に挑戦。かわいらしく優しい辰が仕上がり自作に満足でした。「笑って迎える新年の集い」を実施。近況報告や情報交換の後、館長さんのギター演奏・会員によるオカリナ・フラダンス最後に何が出るかお楽しみゲーム・食事と楽しくリフレッシュ出来ました。茶話会実施で今後の予定、希望等聞き、フマネットで久しぶりに運動し心も体もリフレッシュ。これからの老老介護頑張りますよ！

福嶋 定子



おごおり介護者の会 1月26日事始めにお茶会開催



始めに握力測定で励まし合い。Hさん持参の茶道具の鑑賞から貴重な茶碗は、渋い色合いの信楽焼・椿絵の京焼・鶯草・正月用の鶴の絵柄等々、ちりめんや絹の袋とそれに合わせた組紐はすべて手作りの思い入れの数々。輪島塗の茶匙には、能登半島地震に思いを馳せ1日も早い復興をと祈りました。備前焼の壺に初あらしと紅梅、そして主菓子と干菓子、馥郁ふくいくとしたお茶に感激。二副目は各自で体験。高校の部活以来とか独身時代にちょっとだけ嗜んだ程度でも深い緑の泡立ちに喜びも一塩、渋みとほのかな甘みと香りに癒しと力を感じ至福のひと時となりました。



今後の予定

月・日	曜日	行事内容	会場・時間
5・16	木	介護者の会総会 介護講演会	山口市福祉センター 13:30～
6・13	木	介護実践教室	市社協南部支所 13:30～
7月初旬		施設訪問	ウエルネスセンター中央 未定
9・18	水	介護相談会	徳地地域交流センター 13:30～

※随時、役員会を開催。

耳より情報

山口市社会福祉協議会へ寄贈された紙おむつは山口市介護者の会でお渡しさせていただいております。今年度も多くの寄贈をいただきありがとうございました。

【編集後記】

桜の開花はもうすぐでしょうか？待ちきれず、先日桜もちを解禁しました。毎年なのですが、桜もち、いや、満開の桜が楽しみです！

さて、今年度も一年間の行事が終わりました。ありがとうございました。次年度も年間を通して活動を計画しております。皆様のご参加お待ちしております！

※会員募集中

現在会員を募集しています。お気軽にご連絡ください。

問合せ

山口市介護者の会 事務局
(担当 関谷・中田)

TEL 083-924-0543

FAX 083-924-1398

