

和なごみ

第20号

山口市介護者の会広報紙 令和8年3月発行
介護者の会事務局／山口市上笠小路 89 番地 1

互いに励まし、寄り添いの輪を広げよう！

会長: 来栖 和子

皆様には、お健やかに新年を迎えられたと心よりお慶び申し上げます。本年もご指導・ご鞭撻の程、宜しく願いいたします。

春の気配を感じる頃となりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

いつも介護者の会に、温かいご理解とご協力を頂き誠にありがとうございます。7年度も沢山の行事を無事終えることができ、有意義な楽しい介護者の会でしたね。

2月は、寒暖の差が激しく朝夕の冷え込みがひどく、水道管も破損しないかと零下の温度差が心配でした。

また、県知事・衆議院選挙では、今日からの福祉や高齢者の生活が良くなることを期待しましょう。そしてオリンピックもあり、沢山の競技種目と技も昭和時代とは随分大違いですね。中でもスノーボードは、ドキドキしながら見ごたえを感じ感動しましたね。

本年も、実践教室や講演会・在宅介護サービス研修会・随時施設訪問も考えながら、楽しい一年間となりますように「互いに励まし、寄り添いの輪を広げよう」。

みんなで和気あいあいと楽しみましょう。



つばやき

今秋、会員の方からいただいたお便りと一言コーナーです。

入院の主人を想い
頬つたう涙
秋雨の如く

要介護1の妹のデイサービス体験に付き添い、一緒に体験しました。「レッドコード」を使用した運動は初めてでした。食事をしたりおしゃべりをしたり、妹もとても気に入り、早速次の日から行きました。施設も広々として、プールもありドライブもしたと上機嫌でした。



大きいつもりで小さいのが肝っ玉
小さいつもりで大きいのが態度

(次号へつづく)

介護実践教室（第2回）

特別養護老人ホーム、老人保健施設の管理栄養士、理学療法士や施設職員の皆様から、

・床ずれ予防における栄養管理の重要性、具体的な食事の工夫や栄養素の役割について

・体位変換とポジショニングの重要性について 参加者の実技体験

を講義、指導いただきました。



参加者の感想

- ・今後、ベッドばかりの生活になった時考え不安でしたがいろいろ、お教えいただき、大変参考になりました。又、食事のバランスも考えながら頑張りたいと思います。
- ・ベッドにての実技 勉強になりました。やっぱり実際に行動に起こすことは大切ですね。日吉台の職員の皆様ありがとうございました。 など

リフレッシュ旅行を終えて



参加者の感想

- ・とても楽しかったです。日頃なかなかお話しできない方々とお話して いろんな情報を聞けてよかったですと思います。これからも、勉強させて下さい。
- ・今日の日を待ちに待ってました お昼の御馳走おいしかったです。満腹です。皆さんとの雑談も心安らぎます。

長門市

元乃隅神社、ホテル楊貴館、
海鮮村北長門

令和7年11月13日(木) 参加者14名

- ・ゆっくり、楽しく、参加出来ました。お風呂のお湯も気持ち良かった。参加者が少なくさびしく思います。
- ・この年になって出かけられないが、この様にして、皆出かけられるのは嬉しい。

など

山口市ボランティア連絡協議会 交流会に出展

日時 令和7年11月17日(月)

場所 山口県総合保健会館



山口市介護者の会の活動写真・作成物等を展示し、活動をPRしました！

介護講演会を開催しました



日時 令和7年12月4日(木) 13:30~15:30

場所 山口市社会福祉協議会南部支所会議室(1)(2)

講師 すえなが内科在宅診療所 末永和之先生

テーマ 「もう、良いよ」といえる人生の生き方、終え方
～在宅介護と在宅医療について～



参加者の感想 原文まま

・「在宅」は日常である。がん治療と緩和医療は車の両輪である。この言葉が印象に残りました。先生のたくさんの経験の中から、お話ししていただきました。ありがとうございました。

・素晴らしい講演会でした。今日はねむれない位、自分の事をじっくり考えたまには自分をほめたいと思いました。

・やっと自由時間がとれ、初めて参加致しました。自分も通院をされていて、参考になる事が多々有り…ありがとうございました。脳梗塞で胃ろうで4ヶ月入院中で色々考えさせられる事がありました。前向きに生活したいと思います。

・末永先生の講演が聞きたくて参加しました。“人生すべてむだなものはない”“ありがとう 感謝が大事である”“死は人生の終末ではない。生涯の完成である”心に残った言葉です。末永先生の講演とても感動しました。

など

長年在宅診療を行っておられる先生のお話は、家族との関わり、過去に経験した家族の最期について、また、自分自身の生き方や最期について、自分自身の人生を振り返り、様々な思いを馳せる内容でした。末永先生、ありがとうございました。

【地区の活動報告】

家族の会

新しい年を迎え酷寒の時候もゆるみ、春も少しずつ感じる季節となりました。家族の会も、1月に笑って迎える新年の集いも楽しく盛會に終わることができました。

来る3月26日(木)に今年度の反省会、今後の予定等定例会を実施します。参加をお待ちしています。

これからも介護仲間と本音で語り合ってみませんか。同じ境遇だから共感しあえる仲間
の場所でもあり、介護を通じて出来る情報交換等深く関わりあえる場です。

介護は経験が皆違います。積極的に参加し、介護者の集いが楽しく気軽に話せる場として皆さんと一緒に共感していきましょう。

『介護を楽しくする』 家族の会 福嶋定子



【今後の予定】

	山口市介護者の会			家族の会		
	日時	行事内容	会場	日時	行事内容	会場
3月				26日(木) 13:30~ 15:30	定例会 (今年度の反省 と来年度の予定 について)	山口市福祉 センター
4月				未定	定例会	
5月	13日(水) 13:30~ 15:30	山口市介護者 の会総会/ 介護講演会	山口市福祉 センター			
6月	19日(金) 13:30~ 15:30	介護実践教室	山口市社会 福祉協議会 南部支所			
7月	15日(水) 13:30~ 15:30	在宅介護サー ビス研修会・茶 話会	山口市福祉 センター			

※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。

【編集後記】

11月のリフレッシュ旅行では、参加された皆さんとお互いの最近の出来事など、何気ない話をしたりと、楽しい旅行となりました。実はこの旅行では事務局の確認ミスでちょっと驚く出来事があったのですが、皆さんが優しく、面白くフォローしてくださり会員の皆さんの人柄に救われる思いがしました。

今後も皆さんと様々な交流ができることを楽しみにしています。

※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 日野 岩川 吉武)
TEL 083-924-0543
FAX 083-924-1398

