

ミニデイサービス便り NO.9

5月2日(木)小雨後曇り 利用者さん・6名(難2女4)
平均83歳の女性達の見事な巻きずし
男性からはマーシャンの手ほどき

妙興寺への散歩が雨で中止になった。
今日の昼食は外でのお弁当風。ごもくおにぎりに
巻き寿司や野菜の煮物等。巻き寿司のしんは見事真
ん中に、年を重ねられた皆さんは手慣れたもの。
女性が昼食の準備中83歳の男性「手伝わないかん
わなあ」とおっしゃりながら、手には自宅から持っ
てこられた麻雀パイと簡易麻雀敷物。「わしが教え
るでね。とにかくね、みつつう揃えりゃいいんだ
わ。これが〇〇で役なんだわ」中国語が出てくる。
「3つそろえればいいの」「あんたポンしなさい」
「ポン！」しかし、スタッフはチンプンカンプン。
「どうするの??」隣で男性の利用者さん「わしは
麻雀はええ、オセロゲームがいいわ。」
皆好きな事ことをする。昼食準備中の風景です。

5月16日(木)晴れ 利用者さん・6名(難2女4) NO.10

リハビリの試み

まずは呼吸法からリズムにあわせて
「4拍子ですよ、ハイ先ず手を横に広げながら息
を吸います。イチ、ニイ、サン、シ、鼻から吸うの
がいいですが口からでもいいですよ」
「次に息をはきますがその時、アーと声を出して
手をたたきながら、アーアーアーアッと最後だけ延
ばさないで止めます。手をたたくときは、指先と指
先をぶつけて下さい。脳への刺激がいいですからね」
「じゃ今度はリズムにあわせ歌を唄いながらやり
ます。2拍子の「青い山脈」鈴で調子を取りなが
らイチ、ニイ、イチ、ニイ。鈴をふるのもリハビリ。
みんな声が出てる出る大きな声が.....
一昨年の早川一光先生の講演会で「いきいき生きるコ
ツは」唄うこと・笑うこと・感性を持つこと・感動する
ことと教えていただいた。大きな声で唄いたいし、リ
ハビリを兼ねながら楽器演奏も出来たらいいですね。

次回は6月6日(木)と6月20日(木)です

要望書を市長に提出 「市立保育園をミニデイサービスの場所に」

◆◆◆ 子供達と行事ではない自然のふれあいを ◆◆◆

~~~~ 去る四月十四日の総会で採択されました要望書をこのほど市へ提出しました ~~~~

・・・集う所がお年寄りだけではない場所で/歩いていける距離に  
きめ細かな対応が出来る/小人数のミニデイサービスを  
市内のあちこちの保育園の中で.....

◆一人っ子だから他の介護  
者がなく、仕事をやめて実  
母の介護を二十年間した。  
疲れれてくると子供にはつ  
らく当たったりした。  
◆自分の老後についてはと  
ても不安に思っている。  
◆実母の介護はつらくなかっ

### 「孤独な介護には発想の転換と介護の社会化を」

どの発言も重いものでした。介護をすることは孤独であり気持ち  
揺れても、我慢をしいられるものです。そしてまた、そういう形で介  
護を受けるお年寄りも、孤独で我慢をしいられていると思えます。  
介護に関する情報と知識の不足、家族とりわけ夫など男性の支援の  
重要性や、介護をどうとらえるか、自分はどうして行くのか方向の見  
定めや、発想の転換の必要があり、他の支援を受ける介護の社会化が  
必要だと感じました。  
おりしも公的介護保険が二転三転していきいます。  
介護者の声は、はるか彼方で関係者に届いていない気がしています。

◆多発性脳梗塞の母を五年  
間看病した。幸い家族がい  
なかつたので介護に専念出  
来たが精神的に大変だった。  
経管栄養ではショートス  
ティが受けられなくて、探  
してやっと他市で受け入れ  
てもらい息抜きに旅行など  
した。また、移動入浴や施  
設入浴も利用したが、結局  
一番ほしかったのは介護者  
の愚痴を聞いてもらえると  
ころだった。何も話せない  
食べられない母と二人で向  
き合い続けるのは苦しかった。  
◆実母だったから出来た  
のかも知れない。

◆八十五歳で寝たきりの主  
人の祖母を五年間介護。  
男性の手助けが必要だっ  
たと思う。また他の人の小  
さい助言がとても大切だと  
感じた。知らない痴呆のこ  
とで困っていたが施設関係  
者に相談しても助かった。  
◆介護者が自分だけだった。  
義母は自覚していて、自  
立のできた人だったので、自  
ひいて見守っていた。介護  
の手が必要だと感じた時に  
とことん付き合った。夜寝  
られなかったのが辛かった  
が、子供に自分の介護の姿  
を見せてきた積もり。

### 平成八年度の養成講座始まる 高齢者介護は自分自身のこと

五月八日から始まった在宅介護養成講座は、欠席者も少なく熱心な  
受講が続いています。  
参加者の皆さんの年齢は様々で若い方から年配の方まで、高齢者介  
護への関心の高さが伺えます。講座での話し合いを紹介していきます。

講座「高齢者介護を取り巻く実情」より  
ディスカッション「介護体験の発言口から」

た。しかし、義父の介護に  
は腹立たしいことも多々あ  
り、手を上げたくなること  
があったが気が小さくて出  
来なかった。主人が協力し  
てくれなかったことは今で  
も根にもっている。

### 4月活動状況

|      |       |
|------|-------|
| 活動件数 | 20件   |
| 活動人数 | 24人   |
| 活動時間 | 327時間 |

### 4月会員登録状況

|      |      |
|------|------|
| 協力会員 | 39人  |
| 利用会員 | 36人  |
| 賛助会員 | 111人 |
| 計    | 186人 |

