

「第12回男性介護者ケアの集い」ニュース



令和5年6月27日(火)「第12回男性介護者ケアの集い」を開催し、6人が参加でした。

参加者の近況報告

- ・妻は、夜中に起きて、ご飯作りをしている。家にいない息子のためにたくさんの量を作っている。子供がまだ学生と思いついでいるし、時間の感覚も理解していない。前回、皆さんからの助言もあり、本人の生きがいと役割づくりと思い、見守っている。
- ・妻は、現在入院中。週1回面会に行く。「今日は、帰られる？」と聞いてくる。落ち着いてはいるが、服薬を嫌がることはある様子。早く退院できることを祈っている。
- ・夜は、別々に寝ている。妻は、夜なかなか寝ない。ゴソゴソして、窓をあけたり…。日中に昼寝をしている。トイレからの立ち上がりには介助がいるが、本人が嫌がることもある。
- ・賞味期限切れの物を冷蔵庫に入れっぱなし。妻に見つからないように捨てている。
- ・妻は、グループホームに入所中。入所するまでは、大変だった。今は、穏やかになり、落ち着いている。面会に行くが、「あんた誰？」と言われ、がっかりとする。
- ・別居の子供に日頃からの様子を伝えていくことも大切。突然知らされるのは、つらい。ぎりぎりまで我慢するのではなく、知らされていると家族も心構えができます。
- ・部屋が片付かない。「散らかす」「片づける」を繰り返して心は整っていきます。



運転免許をいつまで更新するか？



・車の免許の更新に行った。行く前からなんとなく、ボーとした感じで頭の方が優れなかった。実技は、問題なかったが、認知機能検査で「記憶力・判断力が低くなっている」と判定が出て、ショックをうける。病院に行くように言われ、受診すると心臓の手術で内蔵したペースメーカーの調子が悪いことを指摘された。ペースメーカーを調整してもらって、頭の方も少しずつもとに戻ってきて、ほっとしている。

ご自分の体調管理は大切です。おかしいと思ったら、病院受診をしましょう！

- ・運転中に「ハッ！」とすることもある。他の車に気付くのが遅れたり。車をすぐに手放しきれない。あと1回更新を考えている。以後は、バスを使う予定。
- ・車所有のコストを考えるとタクシー利用の方が安い場合も多い。免許を返納しても、制度を活用しながら、前向きに！**佐々町のタクシー助成チケットの活用（内容は下参照）**
- ・マイカーを使って外出支援をしてくださるボランティアさんもおられます。
- ・交通事故で「高齢者」のワードが極端に取り上げられる風潮がある。若い人の交通事故が圧倒的に多いのに。どの年代も交通安全に気を付ける必要がある。



高齢者・介護認定者・心身障がい者(児)の外出支援タクシーの助成について

1か月あたり8枚、料金の半額を助成(1回あたり上限千円)

75歳以上のすべての方、要支援、要介護認定者、療育手帳や身体障害者手帳の方
詳しくは、佐々町住民福祉課まで



6/1に佐々町の梅松(うめまつ)カフェ オープン!

梅松カフェは、認知症や高次脳機能障害の方同士また介護をされている家族の方が交流や相談をしたり、リラックスできたりできる居場所です。また地域住民も気軽に参加でき、認知症をより深く理解してもらう場としてオープンしました。当日は、認知症の介護の悩みで相談に来られた方、認知症当事者と家族、グループホームの入所者、住民の方、男性介護者の会員など30名弱の方が訪れました。男性介護者の会員の徳久正喜さんが姿斉教室(姿勢の乱れを斉《ととの》える体操)の講師を担当され、音響に詳しい吉田正昭さんがカラオケ操作の担当として活躍していただきました。他の男性介護者の会員も参加され、いろんな方とおしゃべりをしながら、楽しいひと時を送ってられました。



姿斉教室は、皆さん真剣



カラオケは、大好評!



お話の花咲いてワイワイ楽しそう

梅松カフェの感想をお聞きしました

- カフェの場所が、開放的な空間に明るい雰囲気とても素敵でした。
- グループホームの方から参加。おいしいコーヒーとおしゃべり、楽しかったです。
- 姿斉教室は、体の動きが良くなり、痛みも取れました。また参加したいです。
- 懐メロをみんなで歌い、本当に楽しかった。懐かしい曲で元気をもらった。
- 今度は、楽器演奏をしながら、みんなと歌いたい。
- スタッフに話を聞いていただき、助言をもらい、少し心が軽くなった気がします。



集いの様子

次回の集いのお知らせ

日時：8月17日(木) 10時から12時
場所：健康相談センター
今回は、**長崎県希望大使**(認知症当事者)
金井田正秋さんにお話をさせていただきます。
8月より**偶数月の第3木曜日**になります。

編集後記

梅松カフェが、認知症の当事者や家族の方が気軽に相談したり、くつろげる居場所になってほしいです。年齢や障がいに関わらず、認知症を正しく理解してみんなで支え合える佐々町になればと思います。