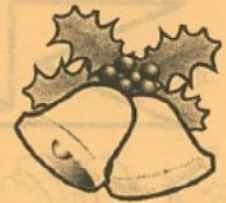


であい通信

協力 倉敷市社会福祉協議会



その188号

十一月談笑会

森澤 恵美子

十一月二十四日（金）プラザボランテニア交流室にて
出席者 会員 九名の参加者

ここ数日好天には恵まれた寒い日々ですが、幸いにも健康福祉プラザで談笑会ということで、コーヒーを飲みお茶菓子を食べながら、会員の方々の近況報告です。

出席者が段々と減っている中、この日は、現役で介護している人が三人と、新しく見学の人が一人と、後はOBの人でした。新人の見学ですので、自己紹介と例によって順番に各自の困ったこと・体験した事・経験した事・実情を話し、なんでも心置きなく話が出来るところです。時間も少なくななり、まだまだ聞いたり話したりしたいのですが、和やかな雰囲気のまま終わっていきました。

次はお楽しみタイム。お年玉袋に来年の干支「犬」の絵を描いたり、絵手紙風で文字を入れたり、ダルマ・お福さん等々自由に描き込み、珍しく変わった充実した時を過ごしました。ステキなポチ袋ができました。

皆様どうか「会」に向いて来てください。跡切れることなく、談笑して連綿と続けていきますように。これからも皆でよりいっそう支え合っていきたいです。よろしくお願いたします。

会員の皆さんの近況報告など



朝タめっきり冷え込んでまいりました。

私は今日、今頃、毎日（しあわせ）が来るというようにしています。（あいうべ）体操も欠かさず頑張っています。

皆様、お体には十分気をつけて、いいお正月をお迎えくださいませ。

前原 早苗

前原 早苗 さま

だんだんと寒さが増して、あっという間に師走ですね。今年もお世話になりました。前原さまも風邪などひかれませぬようお気をつけてください。そして、来年もよろしくお願ひいたします。

いつもお世話になっています。今後ともよろしくお願ひいたします。

森澤 恵美子

森澤 恵美子 さま

こちらこそ、今年も色々とお世話になりました。来年もよろしくお願ひいたします。



お世話になっております。
今回も都合がつかせぬので欠席させていただきます。

渡部 環

渡部 環 さま

こちらこそ、お世話になっております。来年もよろしくお願ひいたします。

今年も矢掛の大名行列を6人でにぎやかに楽しむことができました。ゆずみそがついた袖餅子、よもぎ餅、焼きたてきんつば、テンペコロッケとおいしいものばかり、天気も良く大勢の方でにぎわい、遠い昔に思いを寄せ、江戸時代にタイムスリップしました。

車椅子の方も外国の方も大勢、来られてお祭りを盛り上げていました。

宮崎 建子

宮崎 建子 さま

おたよりを拝読していると、おいしそうなものばかりで、おながすいてきますね。

江戸時代に宿場町として繁栄した矢掛は街並みも趣があり、参勤交代を再現した大名行列などはほんとに江戸時代にタイムスリップしたかのようですね。



（近況報告は社会福祉協議会の戸川がコメントいたしました）



お年玉袋絵付け

ステキなお年玉袋が
できました。

ユマニチュードとは？

11月談笑会で「ユマニチュード」について発言がありました。ユマニチュードはフランス人によって考え出された認知症ケアの手法です。この手法を用いることで、介護の軽減効果があるようです。心からのケアの表現の仕方であり、高齢者介護全般にも共通すると思われます。心がけてみましょう。

◎ユマニチュードの基本

「見る」「話す」「触れる」「立つ」の4つのコミュニケーションを基本の柱としている。

○見る

同じ目線の高さで、本人の視界に入って存在を認識してもらってから近づいて、親しみを込めた視線を送る。

○話す

ゆっくりと声掛けをし、反応がなくても積極的にポジティブな言葉かけをする。

○触れる

背中や手を優しく包み込むように、手のひらを使って触れ、安心感を与える。優しく声かけしながらそっと触れる。無言で触れるのは逆効果。

○立つ

身体機能の保持、視界を広げる、本人自身が尊厳を自覚するなど本人の積極性を促す。

◎NG

腕などを突然つかむ。視界に入りにくい横や後ろから声をかける。無理やり立たせようとする。

◎効果

認知症の人と介護者との間に信頼関係ができる。本人も介護者も心が落ち着く。

認知症の周辺行動が改善する。

介護って！

親の介護をしていて、介護者の会に入った
 苦しい介護だったが、仲間がいたことで心は救われた
 親を見送り、介護仲間との交流が、自分の人生の支えになった
 そして、高齢者の仲間入り
 介護は突然やってくる 夫が怪我入院！
 いつ介護がやってくるかも・・・ それは突然！

(S)

森澤恵美子さんの

絵手紙より



次回定例会のお知らせ

新年会

悲喜こもごも色々なことがあった一年も、もう暮れようとしています。
年末年始はくれぐれも体にお気をつけください。
年が明けたら心機一転。新年会で元気にお会いしましょう。

日 時：平成30年1月26日（金）11時30分～
場 所：和食処「和久」 倉敷市中央1丁目492-11
(☎086-421-1700)



参加費：1,500円（一部補助） 当日集金

申 込：同封の葉書か電話で下記事務局までお申し込みください。

申込締切：平成30年1月12日（金）

※ 早めの申し込みをお願いします。また、申し込みをされた方は、お忘れのないよう必ず出席してください。欠席の場合は必ず早めに御連絡ください。
送迎は予定していません（相談には応じます）。



森澤恵美子さんの絵手紙

何かと気忙しい年末。介護に苛立つ一瞬。こんな時にこそ落ち着いたひと時を取ってみてはいかがですか？

体調管理を！

今年はまだ真冬並みの寒さがやってきました。インフルエンザも流行し始めています。体調管理に十分お気を付けください。

新年会ではご馳走をいただきながらのおしゃべりで、日頃のストレスを解消しましょう。元気にお会いできるのを楽しみにしています。



◎今後の予定

定例会開催日	定例会内容	定例会会場	であい通信発行日
1月26日（金）	新年会	和食処「和久」	2月9日（金）
2月23日（金）	談笑会・運動	ボランティア交流室	3月9日（金）
3月23日（金）	未定	未定	未定

※年度当初の予定とは変更になっています。ご了承ください。

発 行：倉敷ねたきり・認知症家族の会

事務局：〒710-0843 倉敷市笹沖180番地倉敷市社会福祉協議会内

☎(086)-434-3301 Fax(086)-434-3357

年会費：1,200円（郵便振替口座番号：01330-2-86815、氏名、住所、電話番号記入）

協 力：倉敷市社会福祉協議会

