

芽生え

「芽生えの集い」は 心の健康について 気ままに語り合う集いです



時間になりましたので芽生えの集いを始めたいと思います。

(自己紹介)

皆さんありがとうございます。今日はケアプラザの職員さんも参加されています。

近況報告

まずは近況報告から。皆さん最近どうですか？

県立保健福祉大学の学生さんの報告会に行ってきました。学生さんは難しいことを学んでいるなあと感心しました。

僕は休まず通所できています。

春のせいか季節の変わり目で体調が今一つです。

今年に入って2回も事故に遭いました(笑)

入院したのでちょっとしんどかったです。回復して良かったです。

3年前におふくろが認知症になり半年間一緒にいたが大変でした。おとし暮れに入院してグループホームに入りました。3年目、食事もとれて元気そうだけど、うまく言葉が出てこないみたいで…会話ができません寂しいです。

自分もちよつとで60歳になるので高齢化は他人ごとではないです。

この時期はダイヤ改正が楽しみ(笑)

自分で作ったポーチが痛んだので手芸を再開して直しています。



ヒルズは5月にお弁当を持って柏尾川に行こうかなと考えています。

ハイツは明日カラオケに行きます。途中で桜が見れたら嬉しいです。

ステップはなかなか難しいけど、時間を作って遊水地でご飯を食べようか？と考えています。

宣伝になりますが、3月26日中田小学校でさくらまつりがあります！アトリエは手芸品を販売します。食べ物の販売も解禁になります！

お祭りも復活してくると嬉しいですね！

高齢の両親、年をとる自分について

前回まではテーマを決めていなかったですが、今回は決めて実施したいと思います。親がでなくなつてしまったことや自分が高齢になり困っている思いはありますか？

母親と一緒に暮らしていた時、90歳になってから行動がおかしくなった。包丁が無くなったと思っ

たら新聞紙にくるんで4本捨ててあったり、サンダルで交番まで走つていたり。
Aさんはお母さんとの暮らしで何が大変でしたか？
内科など一緒に通院していました。目が離せない時が多くて、認知症になると人格が変わってしまう…。元気だったおふくろを考えると寂しくなります。

ヘルパーを頼んでいたけど、無くなるものがあると言いはじめた…。コロナが落ち着いてきたので、今度施設に面会に行こうと思っています。

主人から「そこに人がいる」との発言があり病院で検査を受けたらレビー小体型だと言われました。病院以外は今は家にいるけど、デイサービスとかにも行ってほしいと思っていて、主人も「そうしてみようかな」と言っている。繋げるとしたら手続きはどうしたらいいのか…？

ケアプラザの方どうですか？

え

は

め

お花見について

アトリエは柏尾川にお花見にいきます。うと思っています。

ダイエットのためにプールに通っています。今の時期は河津桜が綺麗ですね。

健康診断が終わったので暴飲暴食しています。長男が高校に合格しました！

散歩と買い物が多く健康第一でゆつくり過ごしています。

僕自身は何も変わっていないです。グループホームでお寿司を食べに行こうか考えています。暖かくなつたので何かしたいなあ…と。



ヒルズをつけて!!

レビー小体型の診断を受けているんですね。薬を飲むと進行を遅らせることができます。運動や食生活でも遅らせることができるので、デイサービスは活用できると良いかもしれません。介護保険を利用するのなら申請が必要なので主治医の先生の書類が必要になってきます。

ありがとうございます。ケアプラザにも相談に行ってみてください。

パーキンソン病で将来的に幻聴などが現れると言われていて、一人暮らしなので「何かあったらどうしよう」と不安です。要支援2で息子は遠くにいて、用がないと連絡をくれない。友達はいなくて、孤立しています。全て自分でやらなければなりません。今日は初めて芽生えの集いに来ってみました。誰も頼らない方がいいのか。飼っていた犬も友達の娘に預けることになり寂しいです。

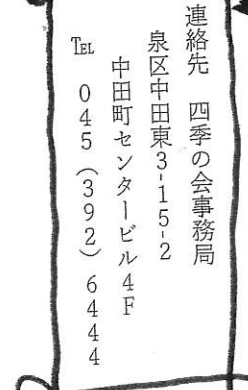
Bさんは年を重ねてから一人暮らしで困ったことはありませんか？

去年、母親を亡くしました。老人ホームに入っていました。後見人の司法書士が全部手続きしてくれました。後見人をつける手続きは自分でやりました。

精神の分野で働いていると介護分野の知識がないのに気づきます。相談できる先を知っておくことも必要ですね。

地域包括支援センターは地域ケアプラザの中に入っています。何か困ったことがあったり、「この先心配だな」と将来の不安があったりする時に相談をしてくれて大丈夫です。相談の予約を取るとスムーズです。

本日はお集まり頂いてありがとうございました。次回、五月にまたお会いしましょう！



歳をとると腰とか肩とか痛めたり、鉄人ではないですから。どうにでもなれと考えるときもあります（笑）。統合失調症の幻聴持ちですが、今はグループホームに入っているのが職員に相談できます。年を取るにつれ、自分も大腸ポリプになったりしました。

ところで、8050問題とは何ですか？

ケアプラザの職員さんいかがですか？

80代の子供で親側に支援が必要、50代の子供で支える側にもなにかしら支援が必要で、両方にサポートが必要になってきているという問題です。最近9060問題という言葉も出てきています。

もう少し詳しく聞けますか？



☆今月の芽生え☆

今回の参加者は総勢一八名。話すテーマを事前に決めて開催させていただきました。初めて参加していただいた方もいて、それぞれの思いをテーマに沿って語ってもらったことができた。「老いは親だけでなく自分自身も関わる問題なんだ」と実感させられる発言も多く聞かれ、出席していた支援者も改めて考え直す良い機会になりました。高齢者支援の専門家である地域ケアプラザの方にも参加してもらい参加者各々の立場で考え、思いや情報を共有することができたこと、これからも悩みや立場を共有する人達と語り合う機会を設けていけたら、など心から考える機会となりました。また芽生えの集いで語り合えたら素敵ですね。

生活情報

地域ケアプラザって？

高齢者、子ども、障害のある人など誰もが相談できる施設です。高齢者の相談は一機能である地域包括支援センターが受けています。相談の他、高齢者サービス利用の調整など行っています。担当地域がありますので、利用方法は市のHPをご覧ください。

次回の芽生えの集いは

五月二四日(水)です。

泉区社会福祉協議会会議室で行います。
午後二時～三時半（一時半受付）

良く言われるのが引きこもりの問題です。高齢の両親の相談を受けた時に、同居の子供がいることがわかった、でも子供は引きこもりで支援が必要というケースが増えています。

母親が脳梗塞で一時寝たきりになりましたが、今は旅行にいけるまで回復しました。ふらつきがあったが、脳梗塞の影響とっていました。主治医が薬の調整をしてくれたり、たら治り、薬の副作用だったということがわかりました。

自分の両親はもういませんが、自分の身体がおかしくなってくると心配な今日この頃です。健康でいたいと思っています。



ぶかぶかの制服！

連絡先 四季の会事務局
泉区中田東3-15-2
中田町センタービル4F
Tel 045 (392) 6444