



認知症家族の会 さくらの会

かわら版 令和6年9月号



さくらカフェの様子

令和6年8月6日（火）さくらカフェを新荘公民館で行いました。

新荘地区で暮らす住民の方、会員の方、職員を含めて総勢10名での開催となりました。



さくらの会員 吉良さんの講話

『介護はまかせちょき！ ～ヤングケアラーから現在に至るまで～』



12歳から家族の介護を経験、その後妻の介護を行った経験を含めてお話をしてくださいました。

介護は身も心も知らない間にボロボロになります。

介護する人は抱え込むのが1番危険です。

私は近所の人、町内会、警察等に妻の状態（認知症）を伝え、何かあったら連絡してほしいと頼んでいました。隠さなかったことでいろんな人に支えられ、妻が徘徊しても周りの人が見つけてくれて助かりました。

自分1人ではないと感じたことが救いになりました。

私は朝食前に自分の顔を見て疲れているか確認しています。
疲れていたら無理をしても休むことを大事にしています。
皆さんも自分の健康は自分で守り、自分を大事にしてください。



人を頼る事、自分の健康は自分で守る大切さを吉良さんの実体験から参加者に伝わり、涙を流す参加者も見られました。

次回予告

日時 10月10日（木）
13:30～15:30

会場 集落活動支援センター 安和

参加費 100円(飲み物・ケーキ代)

内容
13:30～ 家族の会
14:00～ カフェタイム
14:45～ 講師 江西 一郎 様
～親不孝介護～
15:15～ 質疑応答・終了

私たちは気楽に集う場所にしたいと考えています。
介護者、認知症家族に関わらず、どなたでもご参加ください。

さくらカフェやさくらの会が出た悩みに対する対処法を載せています。

今回は、シルバーホーム おおの郷 さんから

「女性介護者が男性を介護する事について」について

助言をいただきました。

Q

女性が男性を介護することは体格差もあり
苦勞することがあります。



A

グループホームでも苦勞します。特に1人での入浴介助です。

自立した入居者さんであっても、浴室は転倒リスクが高い場所では、職員も慎重になります。職員より大きな体格の男性であればバランスを崩すと支えられないかもという不安もあります。

また、介護度が上がるにつれ、介助する量も増え、腰痛など身体的な負担を感じる事になります。介護拒否などで立腹する入居者さんもあり、女性介護者は力の差を感じる事もあります。

- ベッド上での体の移動：スライディンググローブ、スライディングシートを使用（須崎では四国医療で購入できます）
- 車いすへの移乗介助：跳ね上げ式の車いすの使用、ベッドの高さを合わせて、スライディングボードを使用
- 物品がない場合：1人で無理をせず、2人で介助を行う



物品や人手を借り、身体の負担を軽減しましょう

須崎市内のグループホーム

シルバーホーム	おおの郷	多ノ郷甲 1136-2	0889-40-0560
グループホーム	ぬっく須崎	妙見町 11-6	0889-43-0510
グループホーム	すさき	多ノ郷甲 5741	0889-43-1181
グループホーム	やまざくらの里	安和中ノ川内 693	0889-40-0333
グループホーム	新荘の里	下分甲 606-3	0889-43-0101

グループホームの入所のことや、認知症のことなど、
いつでもお気軽にご相談ください。

