

6月の「つどい」はお休みです

認知症のひろば(6月22日)開催のため、6月の「つどい」はお休みします。
認知症のひろばにて、皆さまの参加をお待ちしています。



5月の「つどい」は19日(金)厚別区民センターで21名の方々の参加をいただき開催しました。始めにNHK福祉ビデオライブラリー「きょうの健康」のビデオを見て、コロナ禍において注意すべきこと、高まるリスクについて学びました。どうしても感染を恐れて外出しないことが多くなり、人と会うことも少なくなりがちです。感染対策を行いつつ体を動かすこと、人とのつながりを大切にする暮らしが大事とのことでした。また、家族の負担を減らすため、感染対策は家族とご本人が一緒に行うこと、生活のリズムを保つこと、家族だけで介護を抱えないこと(第三者を頼る)などがありました。その後、参加の皆さんからの発言は以下のとおりです。

グループホーム入所を検討中 52歳息子

母は87歳。3年前に心不全を患い40日間入院しました。ちょうどコロナの感染が始まった頃でした。面会は全くできませんでした。退院その後受診した脳外科でアルツハイマー型認知症と診断され、とても驚きました。母が認知症になるなど思ってもいなかったことでしたから。今後のことも考えグループホームを見学し入所を考えています。いろんな人、いろんな所の方々と出会いながら、母のことと共に自分自身向きに生活できるようにと思っています。

望みは自由な在宅生活です！ 82歳女性

ひとり暮らしでずっと頑張ってきました。これからは自由を謳歌したいと思っています。目の具合が悪いので、いつも行く病院の眼科を受信したところ「パーキンソン病」と言われました。医師は病気だけを診て、どうしたらよいかについては何も話がありません。先日「家族の会」でパーキンソン症状が現れる認知症のことを聞きました。デイケアのことも知りました。足が痛くて歩くのが難しくなっているのを実感しますので、いろいろ相談していきたいと思います。かといって人に頼りたくないという気持ちがあります。でも、病気の進行は否定できないこともわかっているのです。

脳梗塞の後遺症で認知症に 70代妻

夫は79歳。10年前脳梗塞を発症その後遺症で脳血管性認知症になりました。60歳を機に定年退職し、現在は要介護1です。デイサービスを週2回利用しています。テレビが好き、食べるのも好きで、静かな性格もあって穏やかに生活しています。私は悶々とした思いに苦しくなる

ことがあります。人に自分のことを話しても「頑張ってるね」と言われるだけで空しいです。思いを共有できる場を望んでいます。

認知症でも楽しくやっています！ 85歳妻

夫は86歳。認知症で要介護2です。デイサービスも毎日楽しく行っています。病院の受診も嫌がらず、特別に手のかかることはありません。物忘れの症状は強くありますが、とにかく明るく生活しています。私もまだまだ元気です。

夫と両親を一人で介護中 60代女性

夫は64歳。若年性認知症で要介護2です。デイサービスに行っていますが、まだ若いのでこれからのことを思案中です。ご相談していきたいです。母は88歳で認知症、父も高齢なので私が週に2~3回掃除や食事用意などを手助けしています。母はデイサービスを利用。両親も私も二人で家での生活が続けられるように希望しています。介護サービスの利用に抵抗感があり、これからのことは皆さんの知恵を参考にし、自分の健康も大事にしたいと思っています。**(会員より)**

皆さん、かでの活動日にいつでもお話にいらしてください。ミニサロン(第2水曜日)もあります。

区保健師さん・地域包括支援センターの方々

・いろいろな相談先があります。区役所の中の保健支援係も行政の立場でお役に立つことがあります。どうぞ利用してください。
・厚別区介護者のつどい「厚たまろう会」ぜひおいで下さい。認知症カフェも数か所あります。



7月の「つどい」は清田区にて
7月20日(木)に開催予定です。