

## 9月の「つどい」はお休みです

令和6年度 認知症の人を正しく理解する研修会(9月19日)開催のため、  
9月の「つどい」はお休みします。

※10月の「つどい」は白石区にて10月21日(月)に開催予定です。



8月の「つどい」は8月20日(火)西区民センターで22名の参加をいただき開催しました。

「ちょこっと学習会」は、東徳洲会病院臨床検査技師の渡邊様より、「検査値のみかた正常値・異常値って何？」について説明いただきました。血液検査での分析結果は数字で報告されますが、今は大体このくらいの範囲が多いですという意味で、基準値という言葉を使います。これは個人や症状、条件などにより変わりますので、基準値から外れているからと、一喜一憂する必要はありません。過去のデータから各自の健康基準値を目安に、その増減状況を少し気にされたら良いですとのことでした。

その後のいつもの語り合いでの皆さんの発言概要は、以下のとおりです。

### ☆90代要介護1の母を介護 同居の息子

2年前に心筋梗塞で入院後、認知症状が出てきました。入院で足腰が弱まり、いきなりオムツが必要に。話したことも食事したことも忘れてしまいました。その時は、長谷川式テストで認知症一歩手前の診断でした。今は、毎日物が無くなるなど進行していると思われます。自分の時間もないので、デイサービス検討中も外で食事をしないので躊躇しています。ショートステイは一度利用しましたが、帰宅後病院と勘違いし、うまくいきませんでした。

### ☆90代要介護2の夫を介護 80代妻

夫のデイサービスですが、やはり最初はうまくいかなかったです。でも、迎いの職員のうまい対応や慣れもあり、最近はずんわり行くようになっていきます。365日利用できる小規模多機能居宅介護サービスもあります。本人の情報、好みや趣味とかを提供することで、うまくサービスに繋がるケースも多いです。デイだけでなく訪問ヘルパーさんを利用する方法もありますね。

### ☆90代父を介護 同居の母と娘

前回の西区つどいで皆様からアドバイスをいただき、6月から訪問診療始めました。すごくうまく行っていてとても感謝しています。娘のいうことは聞かないですが、第三者の意見が入ったこと、2カ所の通院が統一され、電話での緊急対応や相談もできています。これからショートステイなども考えていきたいです。

### ☆70代要支援1の夫を介護 妻

多発性脳梗塞と労作性狭心症の夫は、この夏、病院通いが続き、私も疲れました。認知症も進んで、自分への依存が増えて格闘中で、余裕がない状況です。今は週1回2~3時間のデイサービスや太極拳、認知症カフェも良さそうです。

### ☆会員から

自分ひとりではやるのではなく、自分を支えてくれる人を作ることが大切だと思います。西区は、認知症カフェも多く、介護者のつどいなども地区でやっていますので、ご利用すると良いと思います。

### ☆90代母を介護 同居の娘

最近、要介護1から3になりました。洗い物はできるけれど、洗い残しがあり、毎回物がしまい込まれてしまいます。やはり、デイサービス週3回、お風呂に入ってくれるのは助かりますが、毎回行きたがらず苦戦していて悩んでいます。

### ☆会員から

母はデイサービス小規模多機能を利用していました。私もそこで働いていましたので、30分くらいかかり、お話ししながら利用者さんもお連れしたことが何回もありました。デイサービスとは言わないで、一緒に歌いに行こうとか、お誘いする職員さんと協力するのがいいかなと思います。

### ☆会員女性から

4年前から、母を介護しましたが、昨年亡くなりました。今介護している方のお話を聞くと、後悔というか失敗したかなと、もっとこういうことをしてあげれば良かったかなと思うことがあります。コロナで会えなくなって、認知症が進んでしまったこともありました。歌の話が出ましたが、私も一緒に歌ったことを思い出しました。

### ☆会員から

歌のお話では、ある方が訪問看護で非常に相性の良い方がいて、どうやら一緒に歌を歌ってくれているそうです。音楽療法を取り入れているところもあります。介護の職場でも歌の時間になると、童謡を歌い、穏やかな時間を過ごしているようです。