



『12月のつどい』は手稲区で開催しました



12月の「つどい」は、12月19日(金)手稲区民センターで、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、札幌東徳洲会病院の看護師赤松夏海様より「今日からできる感染対策！家庭でできる日常の習慣」について説明いただきました。この冬、注意すべき感染症として、インフルエンザ、新型コロナウイルス、感染性胃腸炎があります。予防策は、手洗い、アルコール手指消毒、マスク着用、予防接種、換気、十分な睡眠と栄養です。なお、感染性胃腸炎ウイルスは、アルコール消毒は無効なので、石鹸での手洗いと食品の加熱処理が予防策になります。ご家庭でできる感染対策の基本は手洗いですが、手洗いにタオルを使うと細菌の繁殖と感染拡大の可能性があります、できれば家庭でもペーパータオルを使うと清潔で安心。蛇口のレバーも汚れているので、手洗い後に触れると感染することがあり、ペーパータオルで閉める、又は石鹸で洗うと衛生的ですとのことでした。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。

🌸 79歳の夫を介護 妻

主人は、57歳で脳梗塞、今透析中です。食事制限があるのに、言うことを聞かず冷蔵庫を勝手に開けて食べたりします。息子も夫の味方で、私は怒ってばかりで困っています。

🌸 会員より

怒ることはわかりますが、命に関わることなので、医師や栄養士に相談し、息子さんも含めて家族みんなで理解し対応する必要があると思います。奥様の頑張りも家族にわかってもらうことも大切です。

🌸 手稲区在住のご夫婦

できるだけ外出して、いろいろと勉強のために夫婦で初めて参加しました。妻は忘れっぽいのですが、娘が辛口な対応で困っています。

🌸 会員より

やはり認知症は介護する側が勉強して、理解してあげることが大切です。娘さんにも一緒に勉強してはどうでしょうか。

🌸 包括職員より

認知症の方だけでなく、やはり外に出ることも大事です。手稲区では、関係者が集まっているいろいろな話したり活動したりできる「チームオレンジ」という取り組みをしていますので、ぜひご参加下さい。

🌸 夫と義母を介護 妻

認知症ではないですが、体が不自由な夫を介護して4年、近所で独居の義母が認知症ではと思われませんが認定は受けていません。12重介護で疲れています。トイレに生ごみ詰まらせたこともあります。

🌸 会員、包括職員、施設職員より

たぶん、ご本人が一番戸惑っていると思われま

す。介護側がそれを理解してあげることが大事です。一度かかりつけ医や包括などに相談されたらどうでしょうか。包括では、認知症の診断がなくても、予防の観点で、介護サービス使うことができます。また、医師や包括などに相談する時は、普段の症状をメモしておいて渡すとスムーズに行きます。本人は第三者の前ではしっかりします。

🌸 89歳の夫を介護 妻

何度も同じことを話すことが多いです。悩みを発散できる場所がいいなと思って初めて参加しました。3年前に骨折して要介護2でしたが、その後介護サービスは受けず、ケアマネさんと繋がりも切れています。今また骨折で入院中ですが、再申請したいと思います。

🌸 会員より

ぜひ退院する前に、ケアマネを決めるなど介護について情報を得るのが良いと思います。

🌸 94歳の夫を介護 妻(会員)

要介護2で、小規模多機能居宅介護施設を利用していました。でも、職員不足で思うように活用できず、今は普通のデイサービスに行っています。長い家族の会や介護経験から、認知症の人と関わる時は、まず怒らないこと、叱らないことです。なにか間違っても静かに直してあげる、親切に優しくしてあげていれば、問題なことは少なくなります。また、要介護3、4になるとトイレの失敗が多くなります。それでも怒らず、後の始末は家族がしてあげる、恥をかかせないようにしてあげるのがいいです。症状は一人ずつ違うので、その人にあった介護を見つけるまで、相談しながらあの手この手で突破口を開いていけばいいと思います。

1月の「つどい」はお休みです

令和8年 新年会 (1月22日)開催のため、1月の「つどい」はお休みします。

※2月の「つどい」は東区にて2月20日(金)に開催予定です。

