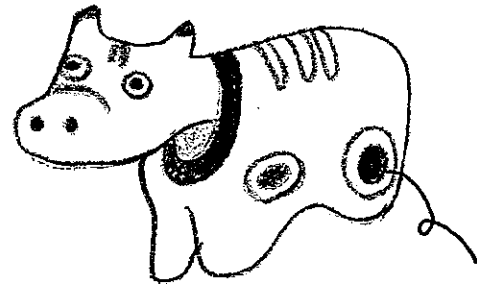


ふくじゅ草の会だより



今年の年賀状の絵柄で一番多かったのは赤べこ。赤く塗った張り子の首振り牛で、会津地方の郷土玩具です。厄除けのお守りや縁起物として、人気です。

(お尻の黒い丸……^{ほうそう}抱瘡の流行により、子供の死亡率が高く、子供たちがかかからないように、身代わりとして描かれた)

謹賀新年

皆様、年末・年始をいかがお過ごしでしたか？

明るいましかなかかなか見えない幕明けとなってしまいましたか？

電話で手紙で、つながり、支え合って行きましょう。よろしく願いいたします。

1月のつどいは

19日(火) 午後1時半～3時半

愛川町福祉センター3階会議室

(内容) 近況報告、ストレッチ

今後の会活動についての話し合い

★検温の上、マスク着用、暖かい服装でお出かけ下さい。

★状況により、変更になる場合もあります。その際には連絡いたします。

3月のつどいは

16日(火) 午後1時半～3時半

を予定しています。

場所は町福祉センター3階会議室

楽しい催しができればと願っています。

福寿草の会

愛川町介護者の会

第161号

2021年1月8日

連絡先 愛川町社会福祉協議会

Tel 046 (285) 2111

ふくじゅ草の会だより

総集編 製作中

今号で161号となったこのだより。

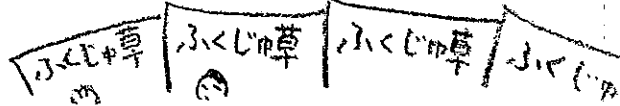
平成6年(1994年)の創刊。

つどいに参加したくてもままならない在宅介護していた仲間たちに届けたいと発行してきました。

つたない内容ではありますが介護保険が始まる前から、皆で悩み、励まし合ってきた記録です。

現在、介護に携わっている方、介護に関心をお持ちの方々に、何らかの参考になればと思います。

今年度中に仕上がり、と、会員一同、協力して作業にあたっています。



11月のつどい 報告

19日 会員12名+包括・村上保健師

Aさん:近所の一人暮らしの高齢者の病院・買い物などに付き添っている。朝、雨戸が開かないと心配で訪ねる。夜、ひんぱんに電話してくる。などで、自分が休まらないこともある。

⇒包括でも、関わっているが(テニサービス利用など)、制度でできないこともあり、地域の方の支援はありがたい。

▷民生委員、大家さんなど、できるだけ多くの人の手を借りて。

Bさん、Cさん:最近耳の具合が悪い。耳鳴りがする。聞くことに集中しないと聞き取れず、意味もつかめない。

⇒早目に耳鼻科を受診すると良い。適切に対処され、聞こえづらさの進行を穏やかにすることが出来る。

3つの家族会交流会開催

去る11月27日、主に役員さんにお集まりいただき、少人数での交流会を行いました。

①自己紹介 ご自身のことは、なかなか話す機会のない役員の方々の介護体験を聞くことが出来ました。

②各会の現状、活動の様子など
▷海老名市・四つ葉のクローバー「いこいの家」を飲食抜きで開催。内容もヨガやリース作りなど、言葉を使わずにできることを工夫している。会報を製本して、役所で管理してもらうことを検討中。

耳よりな話

高齢になると感じる聞こえにくさは加齢性難聴という病気

原因:耳の中にある音を察知する毛(有毛細胞)が少なくなると再生しないため

初期症状:お風呂がわいた電子音に気がない

体温計の音が聞こえない

テレビのボリュームが大きくなった

耳鳴りがする、声大きい

予防法:耳の血流障害を防ぐ

① 不必要な強音で、テレビやラジオを聞かない。

② 塩分・コレステロールを控えた食事

③ 適切な有酸素運動

1日30分程度のウォーキング

④ 禁煙

⑤ イヤホンでなく、ヘッドホンを使う

厚木市 3名 愛川町 5名
海老名市 3名 包括 1名

▷厚木市すみれ会
認知症カフェをリモートで開催できないか検討している。広い会場で、マイク使用して月1回の話し合いを開催

▷愛川町福寿草の会
隔月で話し合い、ストレッチなどのつどいを開催。介護を終えた人、一人暮らしの方が増加。

★コロナ禍、どの会も工夫しながら、対面での時間を持っている。会って話す、ことの大事さを痛感させられました。