

# 第123回ほほえみ交流カフェ報告

第123回ほほえみ交流カフェは、立春を過ぎた2月4日に開催されました。今回も、シニアを中心に総勢42名の参加者が集まり、寒さを吹き飛ばす賑やかな集いとなりました。

シニア: 24名

講師: 3名

葛が谷ケアプラザ: 1名

葛が谷薬局: 2名 (内1名はZOOM参加者)

見学: 1名

スタッフ: 10名



(ケアプラザ川田所長)

小泉代表とケアプラザ川田所長の挨拶もそこそこに、始まりました。

## 木村明子さんによる「父親の介護体験～がんばらない介護～」



(木村明子さん)

(今回の講話は個人の健康や体調の状態を仔細に語っていただきましたが、その内容をweb上に公開することは必ずしも適切ではないと判断し、講演の概略及び拝聴した筆者の感想を記載することに留めます)

木村さんの父上は78歳の時に妻に先立たれ、明子さんとの同居が始まります。当初は軽い違和感程度であった父親の様子が、徐々に奇異な言動が多くなっていきます。

通い始めたデイサービスから認知症診断を進められ、受診したところアルツハイマー型で相当進行しているとの診断が下されますが、当時の認知症外来の医療体制は今と比べ、随分とおざなりな印象をお受けになったと。

6人家族でしたが昼間は二人暮らし故、父親を残して買い物にも行けず、行政からの介護サービス支援も不足。認知症対応のショートステイ入所にも煩雑な手続きが求められ、認知症患者を抱える家族に配慮した利用者目線の制度ではなかったとのこと。そうこうするうちに明子さん自身の体調も優れなくなり、病院にも行けず介護もままならぬ日々を経験されます。この間、父親は何とか特養への入所が適いますが、歩けていたはずが車椅子生活になるなど、決して本人のために最良の場所ではないとの思いがあり、ご自身の体調も戻ったため、入所から1年6か月後、自宅介護に戻すために特養退所を決断。父親の体調を見計らい日程を決定。ところが退所を予定していた月に父親の体調が急変し入院。3か月後、全快し退院して自宅に戻る予定の前日に91歳で息を引き取り11年間の介護が終わりました。



お話で印象に残ったこと

1. 認知症の症状は何かのきっかけで急激に進む
2. 夕方に症状が悪化する
3. 施設に入ると自分のことは自分です  
意欲が削がれることも

4. そして何よりも、父親の具体的な症状などを交え淡々と、時には会場の笑いを誘いながらのお話しでしたが、実際はお気持ち、体力の両面で大変な思いをされたことは想像に難くありません。  
明子さんは本当に強い方、そして父親を心底から愛しておられたんだと感じました。

木村明子さん、貴重な体験談をお聞かせくださり有難うございました。

## 2月のハッピーバースデー

28日間しかない短い月ですが、なんと5名いらっしゃいました。

皆さんお元気です。



元気な秘訣は続けているヨガのお陰。

これからも口だけは達者に

心穏やかに／心豊かにに／心優しく 生きてゆく

(2月生まれのみなさん)

## お待ちかね「お楽しみコーナー」 ～ 手品 ～



(小幡さん)

演者はお二人、元民生委員の小幡さん、地域のシニア向けイベントで活躍されている小池さんです。

最初 BGM が流れないトラブルがありましたが、何とか定番「オリーブの首飾り」に乗って、軽快に始まりました。ロープ、ハンカチ、紙、カップ、紐などお馴染みの小道具から手品が次々と繰り出され、会場は「オーっ」という感嘆と拍手に包まれます。

極めつけはただの紙切れが1万円札に変身！

会場から「自分にもください」との声が上がります。

最後はアンコールまで飛び出す、愉快なひと時でした。

小幡さん、小池さん、お見事な手さばきでした。

(小池さん)



## 歌川さんの体操コーナー



首筋、体側、肩甲骨、大胸筋の「ストレッチ」で上体中心にほぐしました。ご指導有難うございました。

最後は ふれあい丘の街の合唱で会を締めくくりました。 次回は3月4日（火）です。 お楽しみに。