

第37号 平成28年3月18日

発行：大阪府介護者（家族）の会連絡会

〒542-0065 大阪市中央区中寺 1-1-54

大阪社会福祉指導センター内

TEL 06-6762-9473 FAX 06-6762-9487

木洩れ陽

2月15日、追手門学院大阪城スクエアで全体活動交流会を開催し、111名が参加しました。

第1部では、関西福祉科学大学の都村尚子氏から、大学生を中心として認知症家族の会や社会福祉協議会・地区福祉委員会など、地域との連携により昨年9月にオープンした、柏原市の「認知症カフェの取り組み」と、認知症の方へのコミュニケーション方法の1つであるバリデーションの手法をテーマに講演いただきました。



都村 尚子さん

バリデーションを用いることで、認知症の方の感情を大切にし、感情の表出の手助けやニーズへの理解、問題解決への手助けができることを、講義だけでなく実際に活用した場面の映像を用いて紹介いただきました。参加者からも「感情レベルで共感することの大切さを学んだ」「バリデーションの効果に感動した」とみなさんバリデーションの手法に興味津々で真剣に学んでいました。

続く第2部では、関西福祉科学大学バリデーション・プロジェクトメンバーのみなさんによるグループバリデーションの実演とグループ別の交流を行いました。バリデーションについてや認知症カフェの様子などを聞き、参加者のみなさんからは「若い方が真剣に学ばれていることが嬉しい」「よく理解し勉強されていて感動した」「これからの活躍に期待」との声があり、刺激をもらい楽しんでいました。

今後も、各家族の会の状況を踏まえ、会員の声に寄り添いながら、交流会や勉強会を実施していきたいと思えます。



学生による実演

茨木市「いこいのカフェ」視察

今年度の事業計画でも掲げている、安心して集える「居場所づくり」の広がりや構築をめざして、昨年10月8日に本連絡会役員で、茨木市老人介護家族の会「いこいのカフェ」へ視察に行ってきました。

電話相談が年々減ってきていることから、「いこいのカフェ」という形に変えて、平成27年5月より茨木市老人介護家族の会でスタート。地元企業に場所や備品の提供をうけ、役員が協力して「介護の悩みをゆとりとコーヒーを飲みながら話し合う場」として毎月第二木曜日（8・12月は除く）に開催しています。

日頃の想いを語ったり、大正琴の演奏に合わせて歌ったりと、来て喋って癒されたら…そんな場所をめざしています。

視察を終えて……

- ★スタッフのみなさんの意欲がすごかったです。明るく、元気でまとまっていたので、これからの継続、発展に期待できると思いました。
- ★地域の中に居場所があることがうらやましいです。現在も同場所で学習支援をされていますが、違う分野の人たちとの交流もさらに可能になってくるのではないかと思います。
- ★生きがいややりがいをもって取り組んでいるうちに、より良いものになっていくなと感じました。
- ★視察して、場所やスタッフの確保に難しさはあるが、電話相談日の1つを居場所づくりにできたらいいなと話し合うきっかけになりました。

今回の視察にご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。

ブロック活動交流会

【北摂】11月10日(島本町)



講演会 北新地のママが教える介護の知恵袋
「母はお店のお客様」を開催しました。

講師には島本町在中、介護中である高田靖乃さんをお招きし、40名が参加し無事研修会として終了することができました。

夜は北新地でママとして働き、昼間は94歳の母の介護をするという使命感で毎日奮闘されています。母の介護に合う介護用品まで自分で作成し、十分な介護をされています。

その介護生活には家族の理解と周囲の協力また従業員にも恵まれ、その生活力とバイタリティ介護に参加者は感動し、教えられました。

【河南】2月26日(河南町)

河南ブロックの5会から32人の方々が参加されました。

第1部では、大阪府介護者(家族)の会連絡会20周年の歩みのDVD上映と各会の現状報告、第2部は河南町在住のお寺の住職がご自分の病気体験をもとに製作した紙芝居などをしてくださいました。その後のグループ交流会ではお互いの「悩みや楽しみ」について話し合い大いに盛り上がる中、最後に「今日の日はさようなら」を歌い、また逢う日を楽しみに散会しました。



【河北】12月4日(門真市)



<1部 講演会>

テーマ「成年後見制度について」

講師：大阪司法書士会会員、成年後見センター
リーガルサポート大阪支部会員

司法書士・行政書士 曾根 由美 氏

<昼食> 食事をしながら情報交換

<第2部 リフレッシュ事業>

テーマ「音楽でリフレッシュ」

講師：音楽療法士 永島 恵美子 氏

<喫茶交流>

介護保険の改正に伴っての困りごとなどを話し合いました

【泉州】11月30日(貝塚市)

今回はしっかり楽しんでもらおうと「レクリエーション・リフレッシュ体操」を企画しました。

参加者で大きな“輪”を作り、音楽に合わせて手と指の体操、顔ツボ、スーパーボールを使った体操等で身も心もリフレッシュしました。

昼食をはさみ、午後からはグループワークを行いました。それぞれの介護体験や思い、家族の会の必要性等を話し合いました。「『同じ仲間』と遠慮なく過ごせる時間がたっぷりあったのが良かった」と参加者の皆さんから感想がありました。

今回の交流会には、今年度会を立ちあげた高石市からの参加もあり、また一つ輪が広がった交流会になりました。



◇会員活動紹介◇

【門真市介護者（家族）の会】

門真市介護者（家族）の会では、月2回の電話相談、約2か月に1回の会員のつどい、春・秋のリフレッシュ事業を通して、ストレスの解消や、悩みの共有、情報交換をおこなっています。

現在OB会も増え、そのOB会員自身介護保険を利用するようになっていなかで、現役会員の支に加え、OB員の支援（見



り等）が必要となつてまいりました。

また、地域の様々な団体から要望があった場合は、介護体験談発表、会の活動の紹介等をおこなっています。他団体と連携しておこなっている取り組みの一つに、認知症を抱える当事者とその家族が一緒につどえる場での協力があります。私たちは介護経験者として、参加された家族の苦しみや悩みを聞いています。

来年度は、私たち主催で介護の悩みを抱える方や介護に興味がある方等、介護に関わるいろんな方がつどえるサロンを地域の中につくっていきたいと思っています。

【富田林市介護者（家族）の会『たんぽぽ』】

設立28年目を迎えた、富田林市介護者家族の会「たんぽぽ」の活動紹介です。

4月 総会 5月 長居公園へ季節の草花・木々を鑑賞、散策 6月 定例会

7月 PL病院出前講座

「寝たきりにならない為に」と軽体操

9月 ヤクルトさんより「笑い与健康について」綾小路きみまろDVD試写会

ヤクルトを頂きながら大いに笑う

10月 富田林市社協と地域包括主催で認知症カフェ（通称「ほんわか」カフェ）開催、役員協力参加

11月 観光会社主催「大阪ダックツアーと大阪キャッスルホテルでランチ」に参加
八軒屋浜より水陸両用バスへ乗車。ついうれしくバスより手を振る。昼食後大阪天満宮へ特別拝観、巫女の舞いを身近で拝む。天六商店街を買い物、主婦やから夕飯が気になる！

12月 クリスマス会では皆持ち寄り茶話会

明けて1月 新年会

2月 定例会の予定 定例会では普段気になる介護の事や諸々、おしゃべりは尽きません。

会員の皆様が健康で少しでも楽しく過ごせる場でありたい、家族の会が存続する由縁です。



情報コーナー

介護をする人を対象に人間ドックの優遇 来年度も実施 (一般財団法人 住友生命福祉文化財団)

親または配偶者の介護に携わる人自身の健康管理がおろそかになりがちという問題を重視し、社会貢献の一環として、介護する人への住友生命総合健診システム（人間ドック）での優遇受診を、本連絡会会員を対象に、引き続き来年度も実施いただけることになりました（平成29年3月末まで）。受診料が通常46,440円（税込）のところを10,000円（税込）で受診することができます。

今年度は32名が受診され、大変好評いただいています。

具体的な手続き等詳細につきましては、4月以降に各会事務局宛に文書でご案内いたしますので、ご確認ください。

◆住友生命総合健診システム（人間ドック）HP <http://www.ss.j.or.jp/dock/>



全体活動交流会時に、感謝状とみなさまからの感謝の気持ちを記載した色紙を贈呈させていただきました。

バリアフリー2016 まもなく開催!!

日 時：平成28年4月21日（木）～23日（土）10：00～17：00

会 場：インテックス大阪 参加費：無料

今年で22回目を迎えるバリアフリー展。

介護用品や福祉車両の展示だけでなく、講演やワークショップも盛りだくさん。

今年度も「介護と医療の食フェア」「認知症対策総合フェア」「介護ロボットゾーン」「施設設備&省エネ」が設置されています。

福祉・介護に役立つ書籍の販売コーナーも充実しており、見逃せない内容です！！

皆さんもお声かけあわせのうえ、ぜひ一度会場へ足を運んでみてください。

⇒ 詳しくはホームページ <http://barrierfree.jp>