

認知症のある方の

# 家族のつといだより

ダイジェスト版

あびこ



2022年7月号 No.18



千葉県  
マスコットキャラクター  
「チーバくん」

## 活動報告

新型コロナウイルス感染症の影響で8月10日（水）も時間を短縮し、定員制（要予約）で実施します。今後の開催状況につきましては、つといだよりでもお知らせしていきますのでご確認ください。6月8日（水）のつといはコロナ感染防止対策に注意しながら、参加の方々の日頃の悩みなどをお話していただきました。

## 認知症の方の家族のつとい「あびこ」言の葉～ことのは～

### 【参加して下さった方々の言葉を集めてみました】

- ☆ 長年在宅で介護してきた家族が施設に入所した。介護から少し離れられると思ったが、心理面で心がざわざわしている。
- ☆ 施設入所した家族の病院受診に付き添っている。「おたくはどなた？」と聞かれる。でも、お医者さんの前では私の名前を言ってくれた。覚えていてくれたんだ。でも、どこまで本気にしたら良いかわからない。心のはりさけそう。
- ☆ 脳のどこの部分が障害をおったかによって症状が違う。どのような介護をするかは、いろいろな意見を参考にしたり、人様の力を借りたりすることで、自分の心が壊れないようにすることが大切。

### 【我孫子市高齢者なんでも相談室から】

- ☆ 認知症の症状がある妻や夫に、毎日笑顔でやさしく接することができるよう、参加者の方から、いろいろなお話を聞くことができました。1日1回は誰かと話すようにしたり、適度な運動（ラジオ体操の会の参加、散歩等）をしたり、自分の趣味の時間をつくる（こころのビタミン）など、ご自身の心と体の健康を維持する方法を日々実践していることを教えていただきました。高齢者なんでも相談室では、介護者教室等も開催しております。お近くにお越しの際は、お気軽にお立ち寄りください。

### 認知症の方の家族のつとい あびこ

**開催日時** 偶数月 第二水曜日  
**予約** 要事前予約・無料・定員10名  
 高齢者支援課 04-7185-1112  
 8/1（月）予約開始

**対象** 認知症の家族・親族を介護されている方  
 介護を終えられた方（見学はご遠慮ください）

**会場** けやきプラザ 7階 研修室

### 2022年度 スケジュール

令和4年	4/13(水)	終了しました
"	6/8 (水)	終了しました
"	8/10 (水)	申込は8/1 (月) 開始
"	10/12 (水)	申込は10/3 (月) 開始
"	12/14 (水)	申込は12/1 (木) 開始
令和5年	2/8 (水)	申込は2/1 (水) 開始



発行者 千葉県福祉ふれあいプラザ 介護実習センター  
 〒270-1151 千葉県我孫子市本町 3-1-2 けやきプラザ 1F  
 【TEL】04-7165-2886 【FAX】04-7165-2882

無断転載・複写はご遠慮ください 内容は実際のお話から編集している場合があります