



「六月の定例会は

「しあわせの村で」

朝集合時間までは、今にも降りそうな空
心配しましたが、皆さんの日頃の行いが良いの
でしようか、一日天候にもめぐまれ、たのしい
ひとときを過ごしました。

参加者は今回二十一名と、沢山の方に参加
いただきました。

庭園の散策も、ちようど、あやめ、の咲きころで
とても、美しくさきはこり、みごとでした。
カラオケ組みも、点数を、競いあって、にぎやかに
ワイワイと、楽しまれたようです。



ささえあいの会
代表 宮下 タミ枝

最近よく聞く

「軽度認知障害」って？

現在、

認知症の有病率は六十五才以上で

約十五%、認知症の前の段階で

軽度認知障害も同程度の方が居ると

推定されています。

軽度認知症MCIとは、

物忘れはあるが、判断力障害はなく、社会生活
に問題はない状態 をいうそうです。

このMCIすべての人が、認知症になるわけではな
いですが、記憶力の低下を、脳の老化による、
物忘れか、病的な症状か、区別するのは、難しい
と、されています。

ちなみに

自分の行動の細部を、思い出せないのは

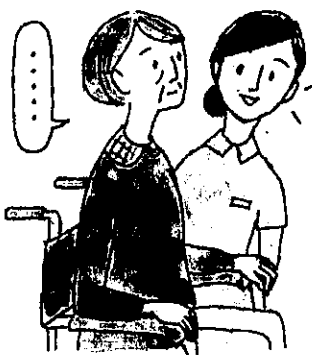
普通の物忘れ

行動したことそのものを忘れてるのは

病的な症状

と、分別されているようです。

MCIから、認知症への進行を、いかに、防ぐか、
さまざま、研究が、今まさに、行われています
が、判断は、とても、困難なようです。



八月度の定例会のご案内

日時 八月二十一日(木)

午後一時三十分～

会場 西区区民センター

第二会議室

講演内容

「介護体験より、

認知症の人の気持ち 他

講師

認知症サポーター

キャラバンメイト

村上 芳子 氏

尚今回の公演は、公開講演といたしますので、
誘いあつて、お出かけください。

編集後記

蒸しむしと暑い日が続きますね。

先日の台風、大型と報道され直撃の可能性
あり！と心配されましたが、九州・東北の被害は
多大なものでしたが、この地神戸はさほどのこと
もなく過ぎてくれました。まだまだこれから台風
の時期です。備えあれば憂いなし、準備しておき
ましょうね。

(佐々木)



第十四回総会を開催

会場は笑顔の二十二名が参加

四月十七日木曜日に第十四回総会を開催しました。

今回は区民センター第二会議室に皆さんお集まり頂きました。また、この日は、西区社会福祉協議会から課長の本田様以前にもお世話になったかもしれない日下さん、岩岡あんしんすこやかセンターの鑛(あらがね)美佐さんにご臨席たまわりました。

昨年度の会計報告、活動報告に続いて、平成二十六年年度の事業計画等熱心にご審議頂き議案書の通り可決されました。今年も皆さん仲良く楽しくやりましょう。

今年度の役員

共同代表 松本 昌之

宮下 タミ枝

副代表 飯田 桂子

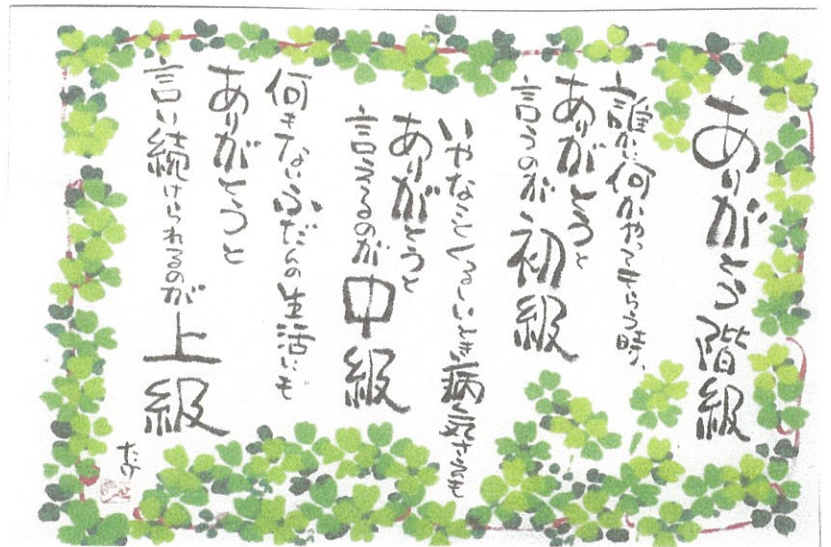
会計 松本 昌之

会計監査 山本 智津子

広報係 佐々木 照美

よろしく

ささえあいの会
代表 宮下 タミ枝



この詩は、たけさんという若い方ですが、以前に交通事故で言葉が喋れなくなり手足も不自由になった方が、人の心を読み、その人にあつた詩を書かれる方で、対面で辛い話や嬉しい話、伝えたい話などを聞きながら相手の気持ちをおくみ取って詩を書く方で、たまたま通りがかった時、たけさんに合い、この詩をいただきました。

“ありがとう” 簡単な言葉ですが、なかなか言えないものです。でも、いつも心に思っただけ動いていけば、自然と体に表れてくるかも、と思いつつながら毎日を過ごしています。

六月度
定例会のご案内

日時 六月十二日 木曜日

午前 十時 集合

ホンダクリオ前

行き先 しあわせの村

詳細は別紙にてご案内します

今回はしあわせの村の温泉入浴券がつきませんので、散歩、食事、カラオケで楽しんで頂くと思います。

参加の人数が少なすぎると迎いのバスが利用できませんので皆さん是非参加して下さいね。待っています。

編集後記

消費税が8%になり、食品はもちろん電気・ガス・水道と何もかもが高くなり、毎日が大変になりました。仕方のない事とは言え、どんどん世知辛くなってゆきそうです。

福祉や子育てに税をあてるそうですが、本当にそうなるでしょうかね、

まだまだ、自宅で介護に苦しんでいる方や、老々介護に孤独死、等々、充実した福祉が出来るのはいつの事でしょう。

私たちは、さいわいなことに、みんな元気に、沢山の仲間も居ます、元気に頑張りますよ。



二月の定例会は割烹「かわいい」にて

二月二十八日金曜日参加者十五名ほどで新年会をかねての二月定例会を行いました。

曜日の変更があったからでしょうか参加される方が少なかったもの、それはそれなりに楽しい時を過ごせたと思います。久しぶりの参加の方もいらして“元気でした”“体大丈夫”と会話も飛び交い話が弾みました。

おいしい食事と弾む会話で“ごちそうさま”でした。

今回も参加出来なかった皆さま、次回は是非お元気な顔を見せてくださいね。待っていますよ。

また、この二月には、社会福祉協議会の

「西区在宅介護者の集い」が開催され、ささえあいの会員さんも多数参加しました。

姫路の塩田温泉へのバス旅行でしたが、車中、旅館ともにワイワイと話しが弾みました。

西区のいろいろな処から参加しておられ、お一人お一人介護の大変さを話しておられました。ゆつくりと

温泉につかり食事も楽しませていただき、日頃

ささえあいの会 代表 宮下 タミ枝

の疲れが癒されたと思います。
毎日介護につきっきりで自分の時間ない忙しい日々ですが、このように、ほっと一息出来る時があるのも良いものですよね。
さあ、又明日から、頑張ろうって気になります。 感謝ですね！



楽しく語り合う人が居ることは

幸せ

これは、ユニセフ親善大使、女優、タレントの黒柳徹子さんが雑誌のインタビューで話していたことですが、私も本当にそうだなと思いました。

どうかすると、一人家の中にとじこもってしまい、話す言葉という一言三言、かといって所かまわず誰でもかかれでも話す訳にもいかない・・・その点私たち“ささえあいの会”の間は、皆さん同じ想い同じ経験をもつ仲間、なにを話しても解りあえる。そんな安心感がありますね。

だからという訳ではありませんが、毎回、時間がきてもこれで、終わりという事がないほど話はずみずみです。

こうゆう会があるって、本当に良い事だっと思っています。

つきつぎりの介護には時間がありません。一人で介護をしていると自分自身に疲れがたまって、ともすると閉鎖的になってしまいます

が、たとえ二カ月に一回でも仲間の体調の変化や安否を確認することができて、本当に良い会だと思えます。
次回も都合がつく方は、是非のぞいてみて下さい。

おしゃべりするだけでも楽しいですよ。語りあえるって幸せですよ


四月度
定例会のご案内

日時 四月十七日(木)
十三時三〇分

会場 西区民センター
“第二会議室”

内容 第一四回総会

年会費も徴収いたしますので、準備のほど、お願いいたします。



お茶の準備がありますので、欠席のかたは、必ず連絡くださいますようお願いいたします。

編集後記

奈良のお水取りも終わり、すぐ春がやってくるそうなのに、まだまだ冬かのようにです。インフルエンザも流行してきます。みづくま、お体も大切に、ソートンでくぐり、ね!