

# 和なごみ

第18号

山口市介護者の会広報紙 令和7年3月発行  
介護者の会事務局/山口市上野小路 89 番地 1

「互いに励まし、助け合いの想いを!!」

会長:来栖 和子

桜花の候、あちらこちらで花便りが聞かれるようになりました。  
皆様におかれましては、ご健勝のことと存じます。

この冬は暖冬といいつつも幾度か寒波が流れ込み、中々春は近いようで  
寒冷の日々が続きましたね。そんな寒さに負けず1月のやまぐち介護者  
(家族)の会では、「笑って迎える新年の集い」、2月は山口市介護者の  
会員と山口地区認知症を支える会「つくしの会」との会員同士の交流、  
情報交換など盛り上がりました。

6年度の行事も無事終ることができました事に、皆様には温かいご理解とご協力を頂き心から  
感謝いたします。

最近、またコロナ禍が流行しています。自己管理を十分行い、上手に付き合ひましょう。  
先だって「はあとカフェ」に参加しました。歳と共に気になる「物忘れ。また認知症とうつ病」の  
違いは?? 先ずは、物忘れは忘れたことを覚えている。認知症は忘れたことを忘れる。  
うつ病は記憶障害を自覚し症状の悪化を気にすることが多いが、認知症はその自覚が少ない、な  
ど身近に感じる1時間でした。

さて「お互いに励まし、助け合いの想いを!!」の目標でこれからも進めていきたいと思ひます。  
みんなで一緒に楽しく頑張りましょう!!



## 出張介護相談会を開催しました

場所 徳地地域交流センター

日時 9月18日(水) 13:30~15:30

講師 とくぢ苑 ケアマネージャー水津利章氏

講座 ケアマネージャーによる福祉・介護サービスについて



\* 「出来ない事を出来る様に」ではなく、  
「出来ていたことを事をもう一度出来る  
様に」と言う考え方の重要性に気づけ  
ました。(実習生さんの声)

\* 介護福祉士になったときに必要となる  
知識を吸収できた。(実習生さんの声)

p. 1

## R6年11月19日(火) 山口市ボランティア連絡協議会 交流会に出展



山口市介護者の会の  
活動写真・作成  
物等を展示し、活  
動をPRしました!



# 介護実践教室 第2回

場所：特別養護老人ホーム梅光苑

日時：10月15日（火） 13：30～15：30

講師：梅光苑職員の皆様

内容：移乗介護の仕方・食事のとり方と嚥下について等 介護のコツや実技を学ぶ



とろみ茶を飲食

## 参加者の声

- \*実践をしながらの勉強会で、大変役立ちました。
- \*実父の介護に悔しい思いをしたので、実母の介護に少しでも優しい介護をしてあげたいと思っています。
- \*明るい思いやりの心・寄り添いの気持ちを大事にしたいです。
- \*介護は本当に深いですね。本人が喜ぶ介護を目指しています。
- \*声掛けの大切さ、改めて感じました。



車椅子からベッド移動



ベッドから車椅子移動

お忙しい中、丁寧に説明解説を頂き有難う御座いました。  
今後の介護生活に役立てたいと思います。

## 奥津和野・四季に映える天領の里 国名勝 堀庭園



## リフレッシュ旅行 開催しました

### 奥津和野・堀庭園と萩本陣

令和6年11月8日(金)

参加者 20名

## 皆様の声

- \*秋晴れの一日を楽しく過ごせました。堀庭園の紅葉はまだのようでしたが、とてもリフレッシュ出来ました。



- \*初めての参加でしたが、行った事のない場所での見学は、ただただ楽しく、食事も美味しく有難う御座いました。



# 在宅介護講演会 開催しました！



日時 令和6年12月5日(木) 13:30~15:30  
場所 山口市社会福祉協議会南部支所  
講師 すえなが内科在宅診療所 末永和之氏  
テーマ 「あなたや家族が家で暮らした時に  
～在宅介護と在宅医療について～」



## 参加者の想い

- 分かり易い言葉と口調で、心に響く事ばかりで――。有難う御座いました。今介護中で、つらい気持ちが、和らぎました。
- 本人と家族がどうしたいかと言う基本的な姿勢について立ち戻ることができました。1日1日をどう生きるか、大切なことを忘れがちですが、しっかりと意識して過ごしていきたいと思いました。
- 死という事が悲観的ではなく、希望があって、人生最後に良かったと思える生き方、終え方という考えに感動しました。

- 死に向かっていくのではなく、どう生き抜くか、という言葉が心に残りました。一日一日を大切にしていきたいです。
- 詳しくご丁寧にお話くださって、分かり易かったです。「どんな人生にも意味がある」「全人生を看取る」「人生に丸〇をつけてあげる」心穏やかにその日を迎えられたらと思いました。

このたびの介護講演会では介護福祉医療従事者の方の参加も多くあり、会として本講演会を開催できたことを嬉しく思いました。

末永先生には御多忙の中、講演いただきましたことに深く感謝いたします。参加者の誰もが自身のこと、今後のこと、家族について、改めて思いを馳せる講演内容でした。ありがとうございました。

## 交流会

### 山口地区認知症を支える会「つくしの会」 山口市介護者の会

日時 令和7年2月18日(火)13:30~15:30  
場所 山口ふるさと伝承総合センター  
講師 山口市社会福祉協議会職員  
テーマ 日常生活自立支援事業について  
会員同士の交流

#### 【参加者からの感想】

- 旧知の方(介護者の会)に会えて嬉しかったです。交流の機会をもっと持ちたいと思いました。
- 大変楽しくお話をさせて頂きました。一緒にしゃべることとても大切だと感じました。人とのつながりは人を元気にしますね。ありがとうございました。

## つぶやき

厚いつもりで薄いの  
が人情 薄いつ  
もりでも厚いの  
が  
面の皮  
(次号へつづく)

寒暖の差  
を痛感する  
今日この頃  
です

我が家のスキン  
シップはシップを  
湿布する時よ

## 【各地区の活動報告】

### やまぐち介護者（家族）の会

寒さ厳しい日々、巳年に向けての壁飾りを作りました。可愛く仕上がりが  
きっと良い年に成ると大満足でした。

新しい年を迎え1月28日に「笑って迎える新年の集い」を  
実施しました。この度、ハートクリニック南山口 理学療法士倉田昌幸様の  
「正月なまりの解消法」としてお話を聞きました。体力作りは、今からでも  
間に合い冬に負けない体を作ろうと、  
又継続することに意義があるとのことでした。  
久しぶりに会食を共にし、会員さんのフラダンス、  
オカリナ演奏で、歌を歌い、  
最後はくじ引きで楽しみました。（福寫定子）



### おごおり介護者の会



おごおり介護者の会 1月17日 事始めにお茶会を開催しました。

始めに握力測定、寒い所為か皆少し低め、右麻痺のHさんは右手6Kg、立ち上がりに右手は使えないけど食事は箸使用可能と朗報。

さて、お茶会の初めはお茶碗の鑑賞から、鮮やかな京焼の梅・椿・牡丹・紅葉、渋めの出雲焼の大根、朝鮮の鶴等素晴らしい絵柄、信楽焼へと眼の保養をしながら器を温めました。黒文字の爪楊枝・懐紙は三徳庵の透かし入りの越前和紙、福寿草型の干菓子・菊壽堂の花びら餅、皇居の茶会でも供されたとか、味噌の隠し味、淡い紅を愛でて、お茶を一服。お道具や作法等日本古来の文化に浸る一時でした。

この日は阪神淡路大震災から30年から、80%の確率？南海トラフ時の要支援者の避難体制は？と話しになりました。

### 今後の予定

月・日	曜日	行事内容	会場・時間
5・16	金	介護者の会総会/記念講演	山口市福祉センター 13:30~
6・12	木	介護実践教室	山口市社会福祉協議会南部支所 13:30~
7・10	木	研修・茶話会「介護保険について(仮)」	山口市社会福祉協議会南部支所 13:30~
9・4	木	介護実践教室	会場未定 13:30~

※随時、役員会を開催。

### 耳より情報

山口市社会福祉協議会へ寄贈された紙おむつは山口市介護者の会でお渡しさせていただいております。

今年度も多くの寄贈をいただきありがとうございました。

### 【編集後記】

昨年12月より事務局に加わりました、岩川と申します。  
多くの方とお会いできないまま今年度を終えることとなりましたが、来年度は皆様と楽しく行事等を実施していきたいと思  
います。  
どうぞよろしく願いいたします。

### ※会員募集中

現在会員を募集しています。  
お気軽にご連絡ください。

### 問合せ

山口市介護者の会 事務局  
( 担当 日野 岩川 吉武 )

TEL 083-924-0543

FAX 083-924-1398

