

# 多世代で集う地域交流スペース ミクスチャーハウスえんだより

2019  
6

## 介護に備える!?

古村 久美子

介護の業界に長くなった私。親も介護を必要とする年頃で、公私ともに毎日介護のことを考えています。担当の利用者さん、スタッフの利用者さん、自身の親・親族、知人・友人の親……。どうマネジメントしていくか、めまぐるしく対応している今日この頃です。



そんな中で、「親が年頃になったので、機会をとらえて介護認定を受けておいた方がよいのではと考えた」との相談がありました。「認知症と年相応の物忘れの違いがわからないので、気にかかったらどこで診てもらったらよいのでしょうか」とも心配されていて、「なるほど、そんな入口の相談もあった。」と自身を顧みたところです。このような相談には介護保険サービスのみならず、地域包括支援センターや地域のインフォーマルな資源の提案が必要です。それこそ、「えん」につなぐといいかと思うところです。一方ではもう介護を必要とする十分な高齢者なのに、今まで長いことできてきたものだから少しずつの変化を受け入れられないのでしょうか、「できないはずがない」と突き放しがちな介護者もいます。

### まだ元気な老親を長持ちさせる方法

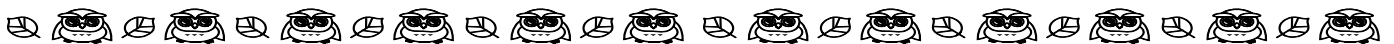
ある雑誌で「介護予知力」という言葉が紹介されていました。予兆に少しでも早く気づければ、事前に打てる手があるということです。その文章の引用……

介護予知力1……親と定期的に会う(話す) 記念日や行事を心がける⇒接して変化に気づく

介護予知力2……親元を突然訪ねてみる⇒お正月に会った時は束の間のカウ元気?

介護予知力3……親を観察する⇒さりげなく心身の衰えをとらえる

イザという時にあわてないよう、家族も情報を得て心構えを持っておくといいでしょうね。



## ほっとひと息

### 空の公園（豊後くろしおライン）（佐伯市米水津）

佐伯市米水津から蒲江の尾浦に抜ける峠の途中に「空の公園」があります。連休中に行ってきました。これで3回目。毎回晴天の日に行き当たっています。向かいに間越海岸が見え、何かの養殖でしょうか、湾に浮かんでいるのが見えます。霞んでなければ四国も見えます。9月には伊勢海老街道が始まります。食も楽しみに佐伯へお出かけになりませんか。



# みなさんが楽しく集い、お元気でられますように・・・

ミクスチャーハウスえんでは、地域交流スペースを設け、会員制による中高年の仲間づくり・生きがいづくりの場をご提供します。行政の枠を超えて、子どもさんから高齢者まで利用できるように考えています。スタッフ共々お待ちしております。どうぞご利用ください。

2019

6月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 ■あったカフェ	4 ◎健康麻雀②	5 ◎健康麻雀③	6 ●健康体操	7 ○書道教室 ◎健康麻雀①	8
9	10 □音楽	11 ◎健康麻雀②	12 ◎健康麻雀③ △リコーダー	13 ●健康体操	14 ◎健康麻雀①	15
16	17 ■あったカフェ 「花育」	18 ◎健康麻雀②	19 ◎健康麻雀③	20 ●健康体操	21 ○書道教室 ◎健康麻雀①	22
23/30	24 □音楽	25 ◎健康麻雀②	26 ◎健康麻雀③ △リコーダー	27	28 ◎健康麻雀①	29

○書道(10:30~12:30) ◎健康麻雀①(13:00~17:00) □音楽(10:45~11:45)  
●健康体操(10:00~11:30) ◎健康麻雀②(13:00~16:00) 「花育」(14:30~15:00)  
△リコーダー(15:00~16:00) ◎健康麻雀③(13:00~16:00) ■あったカフェ(13:00~15:00)

## INFORMATIONS

『会員になってサークルに参加しませんか?』

対象者：大人ならどなたでも。地域も問いません。  
お一人で来られる方。

会費：月々1,000円(小学生は会費無料)

入会金：1,000円

※講座によっては別途費用がかかる場合もあります。ご確認ください。



『スマイルゆいと地域づくり』

今後の予定です・・・

“えん”では協働食事・共食にも取り組んでまいります。  
また、各種講座の指導者も募集しています。「パソコン」  
「楽器の指導」など、腕に覚えのある方、ぜひご参加ください。



大分市敷戸西町1-3 有限会社 スマイルゆい (古村まで)

お問い合わせ・主催

TEL：090-7396-2632 FAX：097-504-7848

E-mail：furumura@wonder.ocn.ne.jp

