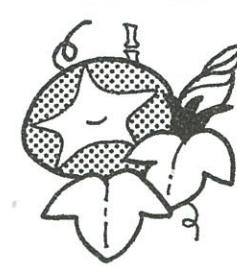




ゆとりの会だより

西東京ゆとりの会（認知症の家族会）会報



2020. 7月

ゆとりの会の皆さん、こんにちは。お元気ですか？ 東京も6月11日に梅雨入りし、しばらくは、高温多湿の日本の夏になりそうですね。時には肌寒い日もありますが、太陽が出ると、真夏のような日もあります。今は、マスクが欠かせませんが、マスクの下では顔の表面温度も上がります。屋外では人との距離が取れる時は、少し外しても良いようです。夏の時期は、こまめに水分を取り、熱中症にかかるないよう、また、テイクアウトのお弁当などは、早めに食べ、食中毒にも気を付けましょう！

さて、7月のゆとりの会ですが、6月の会報発送時点では、西東京市の公共施設が7月31日まで休館となっていました、次回のゆとりの会は9月開催予定とお伝えしました。しかし皆さんもご承知だと思いますが、西東京市の6月1日号の広報に書かれているように、公民館などの公共施設は6月1日より順次再開しています。この度、施設利用の新ルールに沿った大きさの部屋を7月は予約することが出来ましたので、以下のように7月のゆとりの会を開催する運びとなりました。出席の皆様には、お願いすることもありますが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のためご協力ください。こちらでも消毒などに気を付け、出席時のアルコールも用意して、お待ちしています。

8月は、例年通りお休み、次回は9月となりますので、会話は控えめと言われていますが、家族会はやはり必要な存在です。介護中の方はもちろんですが、会員の皆様と電話だけでなく、お会いできれば幸いです。

7月のゆとりの会のお知らせ

日時 7月8日（水）午後1：30～3：30
場所 田無公民館3階 視聴覚室
内容 懇談、情報交換



◆出席時のお願い

- *マスク着用、自宅で検温など体調の確認をお願いします。（発熱や、風邪の症状、体調不良の時は、出席をお控えください）
- *部屋の入口で、手指のアルコール消毒をお願いします。（こちらで用意しています）
- *部屋では身体的距離を取って座っていただくことになりますのでご了承ください。

◆会費についてのお願い

- *すでに、現金でお支払い頂いている方、切手を送付して頂いている方もいらっしゃいます。ありがとうございます。
- *現金の方は、7月以降の定例会出席時にお支払いをお願いします。
- *しばらく、出席出来ない方は、切手の送付をお願いします。84円切手14枚と2円切手12枚ですが、お手持ちの切手があれば額面で会費分の1200円になるよう送って頂ければ幸いです。

◆新型コロナウイルスの影響

新型コロナウイルスの影響は、皆様ご存知のように計り知れないものがあります。ゆとりの会も、3月～6月まで、休会となりました。もちろん、他の活動も休止を余儀なくされていました。3～5月は、開催のつもりで、ご案内していましたが、公共施設の休館、その延長などがあり、急遽、谷と田村でメールや電話で休会をお伝えしました。休会が続き、会員の皆様が心配でしたが、メールや電話で少し皆さんのお声をお聞きし、様子を知ることが出来、6月の会報に載せることが出来ました。6月は休会が決まってましたが、会報はいつも通り出そうと2人で話し合っていました。

あけくれ 東京新聞朝刊より 2020.6.11

吉田 幸子さん 79歳 東京都清瀬市

夫が入所している特養から、六月末までの「面会制限継続のお知らせ」が届いた。毎週、うちの猫やずっと会えない孫の写真をライオンから持ってきたり、庭で咲く花々や散歩で出会う木々などを撮ったりした写真でハガキを作り、夫宛てにポストに入れている。

面会

先日、ガラス戸越しの面会を申し出でみたら、OK車椅子を押してもらい現れた本人、お！とうれしそうに笑う。二ヶ月以上も会っていないなかつたので、もしか

したらと思っていたが、あしかつた、私を忘れていない。私が中に入れないと少し怒つたが、昼食時間なので五、六分ほどの短いガラス越し面会終了。思つたよりずっと元気な「生本人」と会えて安堵。黄、今井正監督の映画で若い一人がガラス越しで会う「また逢う日まで」を見たな、久我美子さんきれいでつたな…などと思いながら帰宅。娘や息子に、ガラス越し夫の写真つき「父さん元気だったよ」メールをすぐ送った。



<会長よりのメッセージ>

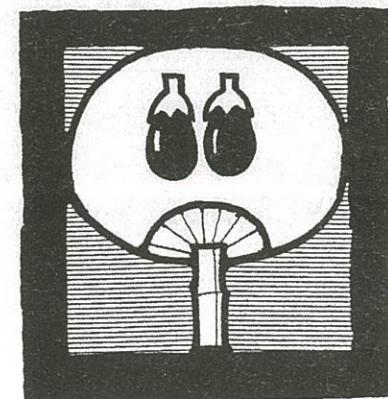
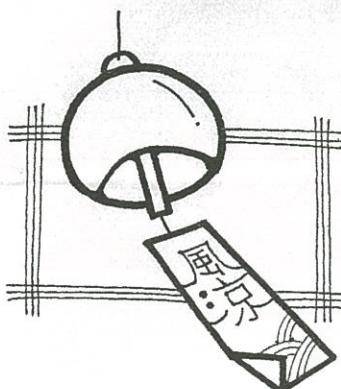
今年度も引き続き会長をさせていただきます谷恭子です。どうぞよろしくお願ひ致します。

ゆとりの会休会中の皆様、いかがお過ごしでしょうか？特に介護中の方々には、ご不便や納得のいかないことが多く生じていることと案じています。皆さんのお話を聴きたいところですが、お会い出来ないことが悔しく思います。

この度は、恥ずかしながら私の父の話をさせていただきます。私の父方の祖父は、伊豆にて約100年前の“スペイン風邪”で亡くなつたと聞いています。父は母親も父の産後まもなく亡くしていましたので、父の家族は両親共に亡くなり「一家離散」。父は東京の遠い親戚の家に5歳の頃養子に出されました。

そのせいもあるのか無いのか？わかりませんが、父は母をしばしば困らせたものです。考え過ぎかもしれません、母が認知症になったのも、そのことが関係しているのではないかと私は思っています。

後々にも何が起こるかわからないものです。だからこそ、今の新型コロナウイルスにも、自分だけはうつらない、うつさない。この時にも命がけで働いていらっしゃる多くの方々に、深く感謝申し上げます。皆様もどうぞお気をつけください。むやみに恐れず、正しく防ぎましょう！



<この度、谷が介護中の方、何人かにお電話でお話を伺いました。皆様、会話不足、誰かに話をしたいというお気持ちが伝わってきました>

◆会員の声を抜粋してお届けします（次ページを是非読んでください！）

- * ご主人が誤嚥性肺炎で急に入院した奥様は、介護度変更の認定を受けたいが本人に会わせてもらえずに困っていました。やっと様子を聞けたところ、症状がずっとすんでしまい可哀想。新型コロナの影響で手続き全般が遅れているそうです。
- * 姉と同居のお嫁さんは、姉は足腰が弱って来ているのにデイサービスも休みになり、夫はテレワークになり、子供も幼稚園時間差通園で大変。近所の友達と子育ての話は出来るが、介護の話は出来ないとのことでした。（そんなんですよね）
- * 母が特養ホームに入所の娘さんは、母に今日夏物を届けて来た。自分は大丈夫と思っていたが、つい何でも夫に当たってしまう。何となくストレスがあるのだろうか？
- * ご主人を在宅介護中の奥様は、夫は他人とは上手に付き合っていて、誰も夫が認知症とは分らないようだが、何でも直ぐに忘れて困る。「覚えようと努力する気がない」と嘆かれていますが、それがこの病気の辛いところなのです。
- * 入院中の奥様をしばしば面会に行くご主人は、ガラス越しにテレビ電話。「心配したり（入院させて）良かった。色々なところに連れて行かないと衰えてしまうと思っていたが、妻にとって穏やかな日々が一番だという事がよくわかった」と明るい声。
- * ご主人と延命処置はしないと以前話し合っていた奥様は、有料ホーム入所中に体調が急変し寝たきりになったご主人に、気持ちの整理が付かないまま「腸ろう（胃ろうが無理なため）」にしてしまった。「この先何年かかるか？自分の範囲越えたことがいっぱいある。費用が安いところは遠くに行かないとならない」と気分が晴れない日が続いている。
- * 奥様の介護度が急に3→5になりショックを受けたご主人は、この2~3か月でかなり症状がすんだことを実感。奥様は若い頃から認知症になってしまい、さぞ無念だろうと思う。奥様はご主人だけには愚痴を言い、感情は豊かにある。「以前枕に赤い字で“ありがとう”と書いたことがあった」と奥様への想いが溢れています。
- * 母が特養ホームにいる娘さんは、差し入れに“塗り絵”と“色鉛筆”を届けたが「やらせてください」と職員に言えないでいる。母は耳が遠いためにビデオ動画が可能でも母には無理なので、職員が母の写真を見せてくれるようです。「一番怖いのは、母に忘れられることです」と心配そうでした。
- * 奥様が特養ホームにいるご主人は、若年性認知症で徘徊していたので、仕事を止めざるをえなかったそう。「お金の面でもこれからも心配」と心内を明かしてくれました。
- * ご主人が入院中だった奥様は、新型コロナの影響のために遅れたが、ご主人はやっと老健に移れることになり一安心。そこは綺麗だし、職員も利用者の方もニコニコしているから良いところだと思ったそうです。