

新年あけましておめでとうございます。

新型コロナウイルス感染症拡大からほぼ2年。未だに終息が見えず、私たちの生活環境も大きく変化してきました。こういった中で、町内のオレンジカフェも残念ながら長期間閉店中です。

地域の方々からも「いつから始まるの」「家にばかりいてつまらない、体が弱くなる」と再開を希望する声もありましたが、今の状況下で再開の目途がたっていません。

一日でも早くオレンジカフェが再開し、皆さんとまた笑顔でお会いできることを願っています。

厳しい冬が続いていますが、健康に気をつけ、今、私たちが自分でできることを精一杯頑張っていきましょう！

本年もよろしくお祈りします。

オレンジカフェ 鶴亀



特別養護老人ホーム鶴亀荘
施設長 原 佳毅

梨枝子さんの今日、あした

早期対応が介護を軽くする

認知症に何らかの疾患が加わるといつもの介助が何十倍に、精神面では何百倍にもなる。

3年程前「歯が痛い」と歯科受診をした。その頃は先生の話す事もどうにか理解し我慢でき口を開け治療が出来ていた。今は口を上手に開ける事が難しい状態である。

また、「足が痛い」と話すため良く見たら足底に近い部分が化膿し、受診し切開したら金属片が出てきた。まだ痛いと教えてくれたから、大事にならずほっとした覚えがある。今は聞いても両方に返事をする事ができ、表情を読み取る必要がある。入浴時に頭から足の先まで、湿疹、傷腫れものはないかと良く観察し、早めに対応するよう努めている。

今は、特に力を入れているのは歯みがきである。出来るだけ自分で磨いてもらい仕上げをしている。また、基本健診で生活習慣の項目がチェックされた。症状が進むと本人も大変だが、介助する私にも負担が多くなる。食事、運動、規則正しい生活習慣、ストレス解消と無理のない生活改善を実行している。保健指導も受け精密検査にも行き、必要な項目は内服治療する事にした。

介護している私も健康には気を付け、全ての見とどりをして気を張っているが、時々、何かにつきり付きたい時がある。その時はお経を唱えるようにしている。心が落ち着き救われるような気がするからである。毎日、唱えていたらいつの間にか覚えてしまった。

仏説魔訶般若波羅密多心経過～ 266字ある。
(悟りをひらくための知恵を説いた教えと、物事を中心となっている大事なところという意味)

今日もお経を唱えてみよう。
隣りには夫も並び手を合わせてお経を唱えている。般若心経

3月までの 認知症専門相談日

日時：毎月第4月曜日、10時～15時
場所：三戸町地域包括支援センター
(三戸町保健センター 集団指導室)

1月24日 2月28日 3月28日

事前に日時のご予約をお願いいたします。