

東和地域包括支援センターのおしらせ

平成28年8月号

どうぞ みてくなんせえ

☆第2回家族介護教室を開催しました☆

7月6日（水）に第2回家族介護教室を開催しました。

「認知症どんな気持ち」～学ぼう認知症～をテーマに岩手県立東和病院の認知症看護認定看護師の小原久美子さんに講話をいただきました。認知症について症状などの基本的な部分の他、介護をしていくうえで、時には女優になることや借りる手は多いほうがよいこと、介護者の休息も大切と12の介護のポイントをお話しいただきました。

参加されていた方も「勉強になった」、「日々の介護に活かしていきたい」と声が聞かれ有意義な時間となっていました。

家族介護教室の様子



介護する方も不安に感じるとは思いますが認知症の方も不安に感じているんですよ。

介護のポイントを実践してみようかしら…



☆12の上手な介護のポイント☆

1. 知は力なり、良く知ろう
2. 割り切り上手は、介護上手
3. 時には女優になる
4. 過去にこだわらないで
現在を認めよう
5. 気負いは、負け
6. 困うより開けるが勝ち
7. 仲間を見つけて、こころ軽く
8. ほっと一息、気は軽く
9. 借りる手は、多いほど楽
10. ペースは合わせるもの
11. 相手の立場でものを考えよう
12. 自分の健康管理にも
気を付けて

