



介護だより

# わ

第6号

(発行所)

大阪狭山市地域ケア会議  
介護だより編集委員会

〒589-0005

大阪狭山市狭山一丁目  
862番地の5

(TEL)

072-368-9922

この度、広報誌の名称を『わ』～介護だより～に変更させて頂くことになりました。

この『わ』というタイトルには、人と人をつなぐという想いが込められています。介護が必要な方だけでなく、若い方から福祉に関わっている職員の方まで、「介護」について共に考え共感し、

## 名称変更となりました！

一緒に歩んでいきたい！そういう架け橋の一助になるような広報誌を目指したいと思っています。

題字『わ』ですが、介護だより編集委員の民生委員さんが、『人と人をつなぐ』という想いをイメージし表現してくれました。

「介護だより」を  
読んでいて…

介護だより等で得た情報により、地域の福祉資源を最大に活用し、より良い介護から家族愛や、地域の人の輪が拡がり、友愛が芽生え心豊かな楽しい人生が送れることを願っています。

(A 民生委員児童委員)

「介護だより」を読んで…

いろんな声を聞かせて頂けて良かったです。こんな声をもっともつと大きくなつて、介護サービスの活用で、みんなで喜び合える事がふえると良いなと思っています。

(B ケアマネジャー)



介護に悩まれている方々の声を聞く事ができ、とても勉強になりました。前向きに介護を乗り切ることが大事だと思います。悩んでいるのは私一人ではない。よく周りを見渡せば、助けられる多くの人の手があるんだ！と心強く思います。

(C 読者)

## 認知症予防講演会開催

『そこが知りたい！

～脳老化を防ぐライフスタイルの秘訣～』

《日時》10月21日(水) 午後1時～

《場所》SAYAKAホール 小ホール

詳しくは、10月号市広報誌をご覧ください。

第5号「こんなことができるようになりました。」の記事から…

介護保険を利用することで、皆さんの生活に良い変化をもたされることは、私たちスタッフにとってもとても嬉しいです。ご家族の方々は、抱え込まずに何でもお話していただければと思います。

(D デイサービス職員)

沢山の意見を読ませていただき、利用者ご本人とご家族の一生懸命が伝わってきました。できることが増えていけるように一緒に考えていきたいと思っています。

(E デイサービス職員)



# さやまのお得情報（狭山池）

木陰や芝生があり、ベンチに座ってのんびりと狭山池を見渡すことも出来ます。



狭山池の歴史を分かりやすく紹介してくれます。入場無料。毎週月曜休館。  
午前10時～午後5時まで開館。



博物館内には明るい喫茶コーナー（知的障がい者通所授産施設ワークくみのきが運営）もあります。6月30日に郷土資料館も移設され、狭山の歴史について併せて学べます。

狭山

開館日には博物館の障害者用駐車場・トイレも使えます。



緩やかな坂になっていますが、高台にあずまやもあり一息できる休憩場所になっています。



バタフライガーデン（狭山池蝶の森）にはたくさんの花が咲き、多くの蝶や昆虫を見ることが出来ます。毎月第4土曜、午前10時～（雨天時中止）開放されています。

この点線で囲っている範囲には休憩できるベンチ等が少なく、ココにやっと休憩できるあずまやがあります。



この場所には、階段とスロープがあります。ご注意ください！！

西堤入口

さやか公園

身障者

大阪狭山

大阪狭山市

ゆっくり散策すると、自然を肌で感じる事が出来る、すばらしい狭山池を発見出来ますよ！  
一度出掛けてみませんか？



## 狭山池について

日本最古のダム式ため池です。近年のダム工事でダム化するとともに、池の周囲は公園として整備され、中でも遊歩道は、ゆっくり歩いて1時間足らずで一周（2850メートル）出来るため、散歩やジョギングコースとしてよく利用されています。

亀の甲停留所

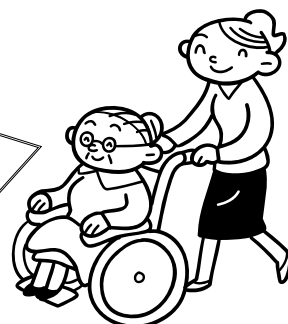
府道森屋狭山線

南堤入口

外周には千本の桜が植えられ、春には絶好のお花見スポットになります。

WC 身障者用トイレ  
身障者用駐車場

勾配も緩やかなので、車イスを押しての散策も苦にならない。車イスの方でも散策が出来るように、きちんと遊歩道の整備がされている。  
風の通りがよく、涼しい。  
トイレもきれいに清掃されている。ゴミも1つもなく憩いの場所に最適。  
日を守るものがないので、日中散策するときには熱中症予防、日焼け予防対策が必要。  
所々にベンチ等があるが、休憩できる場所が無いところもある。



今回の「さやまのお得情報」では、地域の方から狭山池に行きたいのか？トイレがあるのか？知りたいたいの声を頂いたので特集させて頂きました。  
狭山池は、4月に「さやま池まつり」が開催されるなど、四季折々の美しい花々、さまざまな風景をご覧いただける新しい憩いの場として人気が高まっています。  
編集委員である介護の専門職が散策した時の感想を左記に掲載させて頂きました。  
散策されるときはの参考にして頂けたらと思います。



## 介護体験⑤

つらい介護は

やさしさ

を奪う……

施設入所している夫を見舞いに行き、付き添っている時に、「ベッドに寝かせて下さい」「車イスに移して下さい」とお願いしました。担当の方達は気持ちよく上手にやってくれました。でも、それが大変な重労働だったことを、自宅介護にしてから痛感しました。

介護するのがつらいと、優しい介護は出来ないと思います。

こんな新聞の投稿を目にしました。

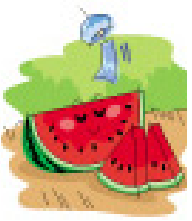
相手の立場に立つて考え、行動したい思いはあっても、難しいかと常々思います。

しかし、デイサービスに行けるようになってお友達が出来た。楽しくなった。ベッドが入って楽になったなど、介護保険のサービスを利用して良かったと言って下さる方が、多くいます。

又、知らないで大変な目をしていられる方もいらっしゃいます。みんなで声を掛け合って、優しい介護が出来たらいいなと思っています。



## 「介護者家族の集い」 開催決定！



日頃の介護の悩みを、お互いに語ってもらうことを目的にしています。

日時〉 平成21年9月18日(金)  
午後 1時00分 ~ 3時30分

場所〉 福祉センター さやま荘 多目的ホール

内容〉 介護者座談会  
『分けあおう。介護の気持ち』

参加費〉 500 円/人  
(当日徴収させていただきます)

申し込み・問い合わせ〉  
介護者家族の集い事務局 (牧野)  
(電話) 367-3990  
(FAX) 367-0033



今回は、参加者全員でからだをリラックスするための体操をしました。

## 編集後記

今回から「介護者だより」をリニューアルして発行することになりました。新コーナーとして「ご意見・ご感想や介護体験について」と「さやまのお得情報」を設けています。

「さやまのお得情報」では、狭山池の特集を組むにあたり、実際に車イスを利用されている方が狭山池を散策した時に困ることはないか？ココはいい場所！と言える所はないか等を編集委員が歩いてみました。

炎天下での散策になりましたが、風の通りが良く、気持ちよく過ごすことが出来ました。この機会に、みなさんも身近な狭山池を散策してみてもはどうでしょうか  
次回の特集でも、体験談も掲載させて頂きたいと思っておりますので、ご意見・ご感想をお待ちしております。

募集中

