

＝介護の悩み、苦しみを互いに話し合い、  
教えあい、励ましあいませんか？＝

第122号  
7月発行  
2025年



# 松原介護者家族の会だより

こんにちは！松原介護者家族の会の定例会の様子やその他イベント等、お伝えさせていただきます。定例会にご参加いただけなかったみなさんも、是非ご覧ください。

## 第38回 松原介護者家族の会 総会を開催

5月12日(月)まつばらテラス(輝)3F多目的ホールにて、第38回総会を開催し、会員・賛助会員総勢21名が出席しました。

松原市長 澤井宏文様よりご祝辞を頂戴しました。

ご来賓は他にも、松原市健康部長 森貴史様、松原市居宅介護支援事業所連絡会会長 川口忠臣様、NPO法人介護支援の会松原ファミリー代表理事 林祐二様がお越しくございました。

2024年度活動報告・収支決算報告・会計監査報告に引き続き、2025年度活動計画案・収支予算案・新役員など全て承認を得ました。

総会終了後の交流会では参加者全員でテーブルを囲み、会話が弾み、近況など和やかな雰囲気の中、時間を忘れるほど話をされ、交流を深めておられました。



## 「2025年度（令和7年度）新役員」

会長	山本 紀子	役員	杉浦 みゆき
副会長	谷田 タマ枝	役員	豊永 雅雄
会計	加茂 佐地子	役員	相田 典子
会計監査	長谷川 好男	役員	妻谷 節子
役員	瀧山 恭子		



# 定例交流会報告



定例交流会は毎月第1月曜日に介護中の方や看取られた方々が集まり開催しています。親しい友人のお部屋にお邪魔しているような、ゆったりとした雰囲気の中で日頃の介護の悩み、経験などを語り、情報交換なども行っております。自身の健康のためにも、長く続く介護の日々をわかり合える仲間達と語り合い明日への力とつなげて頂けると嬉しいです。交流会に参加された方よりお話しいただいた内容を下記にご紹介させていただきます。

## 3月 11名参加



### 緊急通報装置を申し込んだ方のお話

独居のため緊急通報装置を申し込んだ。鍵預かり&自宅内で動いているかをキャッチできる内容のサービスは、1,210円/月かかるが、何かあった際のため利用することも大事だと感じた。



### 妻が施設入所されてる方のお話

妻は熱で食事が摂れず、点滴と酸素が必要になってきた。熱が出て、また治るを繰り返している。ドクターから今後のことについて家族の希望を確認された。「家で過ごすような感覚で、できることだけしてください」と伝えました。

## 4月 18名参加

### 初めて参加し、脳出血のご主人を自宅で介護される方のお話



昨年3月、2回目の脳出血により要介護状態になった主人の、在宅介護を行っている。左片麻痺・構音障害、おそらく認知症もある主人は、夜間2時間おきにトイレのため、私を呼び起こし、夜間睡眠不足が続きフラフラで辛かった。先日、自転車で私が転倒し、主人に夜間は寝かせて欲しいとお願いし続けた。主人は理解してくれたようで、今は4-5時間睡眠は取れている。入浴のため、週3回半日型の通所サービスを利用する以外は一人で介護をしている。

★他の参加者から、入浴サービスだけではなく、デイサービスやショートステイなどの利用を検討してもよいのではと思う。自分が楽になるためにデイサービスなどに行ってもらうことに対して家族は罪悪感を感じ、それがストレスになることもあるが、でもこのような場で他の方と交流する中で、気持ちが落ち着いたりすることもある。家族は100%超えて頑張る方が多いが、倒れる前に70%程度に力を抜くことも大切です。

## 5月 17名参加

### ご家族を見送った方のお話



家族の最後に見送って、ようやく落ち着いてきた。入浴も外出も徐々に自由にできるようになってきた。最近は少し、太ったように思う。松原介護者家族の会の定期交流会に参加させていただいて、皆さんにたくさんのアドバイスをもらい、不安な気持ちを落ち着かせたり、元気をもらったりと本当に感謝しています。ありがとうございました。

## 人間ドックの優遇受診のご案内について

一般財団法人住友生命福祉文化財団より、大阪府内の介護者（家族）の会会員の皆さんに昨年度に引き続き、総合健診システムの優遇案内をいただきました。

同事業団は、介護者自身の健康管理が疎かになりがちという問題を重視し、社会貢献の一環として介護者に対する優遇制度を設けられ、通常税込み47,300円のところを税込み10,000円で受診することができます。介護者自身の身体的負担や健康面での不安を懸念し、介護者の健康管理に寄与することを目的に案内させていただいております。

- ★ 制度名 住友生命健診システム（人間ドック）  
対 象 介護者家族の会連絡会 会員  
※定員はありませんので、希望者全員受診できます。  
期 間 令和8年3月31日まで  
場 所 大阪市淀川区西中島5-5-15ワシントンホテルプラザ3階  
地下鉄御堂筋線「新大阪」駅より徒歩3分  
ご予約、お問合せ 06-6379-3334  
内 容 身体計測、視力・眼底測定、眼底写真撮影、聴力測定  
肺機能測定、血圧測定、尿検査、便潜血検査、血液検査  
心電図、胸部X線2方向、上部消化管X線、腹部超音波検査  
医師診察、医療面接、結果説明  
※オプションで検査の追加有り



## 台風に伴う定例交流会の実施について

『実施についての判断基準』

◎午前11時の時点で 松原市に「暴風警報」「特別大雨警報」が発令されている場合



交流会は実施いたしません



## 訃 報

令和7年1月28日 郷上 良和さん 83歳（郷上 むつ江さん 夫）



がご逝去されました。謹んでお悔やみ申し上げます。  
介護されたご家族の皆様、お疲れ様でした。

# 定例交流会のお知らせ

★ マスクの着脱は自由になりましたが、交流会では、今までと同様に、マスクの使用をお願いします。

★ 引き続き飲食は禁止されていますので、恐れ入りますが、各自飲み物持参をお願いします。

**無料!**

場 所 まつばらテラス(輝)3階 介護予防室  
日 程 8月4日 (月) 13:30-15:00  
9月1日 (月) 13:30-15:00  
10月6日 (月) 13:30-15:00  
11月3日 (月) 13:30-15:00※祝日

予約不要

## あなたも「家族の会」の仲間になりませんか

定例交流会「まつばらテラス(輝)  
(松原市民体育館 北側)」

少しでもよりよい介護ができるよう、会員が集まって、日頃の介護の悩みや体験談を語り合う介護者交流会を毎月開催しています。介護でお悩みの方をご紹介ください。ご入会をお待ちしています。

- 【会員】 寝たきりや認知症等、ご家族を介護しておられる方や介護をしてきた方
- 【賛助会員】 会の趣旨をご理解・ご賛同して下さる方や団体☆ (年会費) 2,000円

♪会報や家族の会の行事の案内をお送りします♪

松原市地域包括支援センターホームページに会報「松原市介護者家族の会だより」を掲載中!!

- ①「松原市地域包括支援センター」を検索
- ②「松原市地域包括支援センター・高齢者のご相談おまかせください」



「松原介護者家族の会だより」  
でご覧ください。



《発行・お問合せ》

松原介護者家族の会 事務局

松原市阿保1-1-1

松原市役所東別館1階

(松原市社会福祉協議会内)

電話 072-333-0294

FAX 072-335-0294