



☆こまめに水分を取っていますか

のどの渴きを感じない

夜中にトイレに行くのが面倒だ

☆寝る前だから水分を我慢せずこまめな水分補給を摂りましょう。

汗を書いたときは適度な塩分も必要です。

☆エアコンは上手に使っていますか？暑さを感じなくても部屋に見やすい所に

温度計を置き部屋の温度に注意しましょう。

エアコンは体が冷えるから嫌だ

エアコンなどが使えない

暑さをあまり感じない

汗をあまりかかない

部屋の中では熱中症対策をしていない

夜は特に注意していない

☆高齢者は体に熱がこもりやすく、若年者よりも体の調節機能が低下し暑さの負担が大きいので体調を崩しやすいのです。

緊急時、困ったときの連絡先の確認をしている



編集後記

先の東日本大震災時に決壊したダム須賀川市のダム湖の湖底を歩く会によって60年後に湖底より芽吹いているのを発見された奇跡の紫陽花が全国各地に株分けされています。わが団地の公園の片隅で“奇跡のあじさい”が今年も元気に花を咲かせました。九州地方の記録的な集中豪雨による大災害の報道心が痛みます。人は大自然の途方もない脅威になすすべもありません。それでも再びたくましく復興する力を信じ祈るばかりです。

今年もさらに厳しい夏が予想されます、ご自愛ください（K.O）



連 便り



2017年8月

発行責任者 居宅介護支援W.C.O オプティ連 Y.E

川崎市宮前区宮前平3-12-3 B-127 TEL 044-862-7331

本年度の活動の第1歩をスタートに向けて

理事長 Y.E

もう10年以上前になるがヘルパー研修で行った特養は、部屋にトイレはなく廊下をでたところにあっただが、常に鍵がかかっていた。

入所者の方が「トイレに行きたい」と20歳前後の若いスタッフに声をかけた。

「大丈夫！何のためにオムツをしてんの」と実に明るくかえした。

その時の方のあきらめとも何とも言えない表情は忘れることができない。

去年になるが『92歳のパリジェンヌ』という映画を観た。92歳の誕生日に娘・息子家族の前で『自分が自分でいられるうちに〇月〇日に死ぬことにした』と宣言する。ひっそり一人で死ぬのではなく「宣言」するのだ。

オムツを当てられ、管を通したまま病院では死にたくない。自分の事が出来るうちに自分の家で死ぬのだと。人間の尊厳というものは何かということを目の前に突き付けられるような内容だった。

自分の人生は自分のもの。終わりも自分の思ったようにしたい。

自分の映画の感想は生ぬるく表層的なものかもしれないが、根本の「尊厳」をどう守るかということにこの主人公は戦い、活動していく。そう活動していくのだ。あくまでも前向きに死を選ぶのだ。

地域において自分たちのコミオプ活動とは何かと考えたとき人としての尊厳はその中核に常にあるものだと思う。それを抜きに地域活動はできないと思う。

今年は地域の中で連が出来ることを考えながら活動していきたいと思う。

第2回通常総会開催報告

連は2017年5月25日に第2回通常総会を開催
新体制でスタートしました。

Y. E理事長が再任され、副理事と監査役が交代しました。

E. T副理事よりN. I副理事へ交代

M. Sさんが退任しK. Kさんが監査に就任しました。

〈新体制の紹介〉

| | |
|------|------|
| 理事長 | Y. E |
| 副理事長 | N. I |
| 理事 | E. T |
| | K. O |
| 監査 | M. A |
| | K. K |



新旧役員からひとこと

N. I 副理事長・・・みなと仲良く理事会を進めていきたいです

K. K 監査・・・監査を引き受けます。今年度よろしくお願ひします



いつかは自分が利用する立場
困ったときはお互い様
住みやすい地域社会づくりを目指します

オプティ連のHPのご紹介

オプティ連の最新情報を随時HPで更新しています。ご覧ください。
福祉クラブ生協のHPからもリンクしています。

写真



アドレス

<http://optyren.jp/>

資格を住みやすい地域づくりに活かしませんか！

ケアマネの資格を取って居宅介護支援W. Coオプティ連で活動しませんか！
介護支援専門員実務研修受講試験は年に1度実施。平成29年度は10月8日に実施の予定です。

受験資格は看護師、社会福祉士、介護福祉士、薬剤師、保健師など福祉や医療の分野の法定資格を所有し実務経験が5年以上の実務経験があること。実務研修を終了後各自治体に登録をします。

資格は5年間有効で、有効期間内に更新研修を受講し更新します。

オプティ連では初任者研修を実施するほか自主的な研修もします。

居宅介護支援W. Coオプティ連は居宅支援事業所「福祉クラブ生協オプティ宮前」として活動エリアを高津区、宮前区を中心に現在9名のケアマネが活動しています。