

# あしおかせ

## 『認知症だっていいじゃないか』

### 認知症介護川柳

※冊子配布窓口 焼津市社会福祉協議会  
☎ 054-626-1294

#### そのままを

聞いてくれるだけ 救われる

家族が認知症だと、友人にはなかなか言えない。同情されるのも嫌だし、本当の辛さは分かってもうえそうにないから。

でも、ひまわりの会では全てをさらけ出せる。みんなうなずいて聞いてくれる。ここにいるみんなは戦友だ。

#### 疲れ果て

介護する身の 桜酒

介護しているのは、女性ばかりではありません。男性の介護には、女性にはない悩みもいっぱい。料理、洗濯、掃除…。まさか自分がこんな事をするはめになろうとは…。ストレス解消は大好きなお酒。

#### 介護する

妻の手にも 診察券

夫が認知症になってしまった。さあどうしよう！私がしっかりしてくては！しかし夫の症状が出来なくいくと、思うような介護が出来なくなってきた。心身共にストレスが積み重なって、とうとう自分まで病院通いをするはめに。

焼津市認知症家族会 ひまわりの会 認知症介護川柳集「認知症だっていいじゃないか」をもうお読みいただけましたでしょうか？

素人集団の私達が必死に作ったこの冊子を、読者のみなさんはどう受け止めて下さるのか、会員一同内心ドキドキしていました。しかし、いざ配布が始まると、思った以上の好感触にホッと胸をなで下ろしました。

取材や郵送作業にあたふたしているうちに、一通二通…とお手紙が届くようになりました。それには冊子を受け取った方々からの感想やお礼の言葉が書かれていました。「大変な事辛い事を共有出来たようで、元気をもらいました」「笑みがこぼれ、前に進むエネルギーになりました」「心にすっと風が吹き込んで、楽になりました」「介護していた当時は鮮明によみがえって来て、涙が溢れました」「同じ思いをしている方がこんなにいるんですね。勇気付けられました」等々…。

同じ思いの仲間がいる事を伝えたくて発刊した冊子でしたが、読者のみなさんからのたくさんのお手紙やお言葉に、今では逆に私達が励まされ、勇気を頂いています。本当にありがとうございました。介護で辛い時、疲れた時、この冊子を手にとって、ほんの少しでも肩の力を抜く時間を作って下さい。この一冊がきっかけとなり、水に広がる波紋のように、介護者の笑顔が広がればいいな、とひまわりの会は願っています。

ひまわりの会 代表 さくら

焼津市認知症家族会 ひまわりの会

辛い思いを共感し合い、悩みを隠さず打ち明けられる、同じ境遇の仲間達がここにはいます。  
ひまわり事務局：080-5164-6123 <http://www.satukibare.net/himawari/>

定例会

日時：毎月第一木曜日 10:00~12:00  
場所：ウェルシップやいづ1階ふくしの広場



イラスト：飯田春佳さん(焼津中央高校2年生)

当日のボランティアスタッフ募集中!!

### 「はあとふる Yaizu2013」

[日時] 12月15日(日) 11:30~  
[会場] 焼津文化会館小ホールほか  
入場無料  
(試食チケット500円で販売)

~プログラム(一部紹介)~

- ◆ 各国料理の試食
- ◆ 民族衣装体験
- ◆ 各国の踊りなどの披露
- ◆ 起震車による地震体験 (外国人は地震体験が少ないので…) etc...

問合せ

焼津市役所 市民部 市民協働課  
はあとふるYaizu 実行委員会

☎ 054-626-1178

焼津市には、何か国くらいの人たちが暮らしていると思いますか？→正解は41カ国(平成25年10月1日現在)。こんなにたくさんの方々の国の人たちが生活しているのです。

「はあとふるYaizu」は、「ハート(心)」と「フル(満たす)」から取った言葉で、日本人、外国人の心が、互いの文化の体験を通じて満たされるようにという願いを込めて作られた、外国籍住民との交流イベントです。



実行委員長・ナレスさん

今年(平成25年)は、親身となり、参加を呼び掛けています。今年はおおと、イベントの内容や宣伝方法を工夫したところ、歌やダンス、民族衣装体験はもちろんなこと、「交流は食を介して」という思いから、ステーションの周囲に配置される各国のブースでは、世界の料理の試食も。「知らないことを知ること」が楽しくなり、つながることで絆が生まれます。食文化や体験をきっかけに、新しい交流が始まることを思い描きながら企画を練っています。また、日本語がわからない外国人に向けては、中国語やポルトガル語で書かれた広告をスパーマーケットで配布したり、友人たちへ口コミで広げたりと工夫を凝らし、参加を呼び掛けています。

今年(平成25年)は、親身となり、参加を呼び掛けています。今年はおおと、イベントの内容や宣伝方法を工夫したところ、歌やダンス、民族衣装体験はもちろんなこと、「交流は食を介して」という思いから、ステーションの周囲に配置される各国のブースでは、世界の料理の試食も。「知らないことを知ること」が楽しくなり、つながることで絆が生まれます。食文化や体験をきっかけに、新しい交流が始まることを思い描きながら企画を練っています。また、日本語がわからない外国人に向けては、中国語やポルトガル語で書かれた広告をスパーマーケットで配布したり、友人たちへ口コミで広げたりと工夫を凝らし、参加を呼び掛けています。

今年(平成25年)は、親身となり、参加を呼び掛けています。今年はおおと、イベントの内容や宣伝方法を工夫したところ、歌やダンス、民族衣装体験はもちろんなこと、「交流は食を介して」という思いから、ステーションの周囲に配置される各国のブースでは、世界の料理の試食も。「知らないことを知ること」が楽しくなり、つながることで絆が生まれます。食文化や体験をきっかけに、新しい交流が始まることを思い描きながら企画を練っています。また、日本語がわからない外国人に向けては、中国語やポルトガル語で書かれた広告をスパーマーケットで配布したり、友人たちへ口コミで広げたりと工夫を凝らし、参加を呼び掛けています。

### グループ紹介

第20回 はあとふるYaizu 実行委員会