

# 介護者の会だより

桜の便りが聞かれる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

私は母と離れて暮らしていて、仕事仕事であり母と会えていませんでした。久しぶりの休暇で自宅に戻ると、家の中は散らかり、母の様子もおかしく、何からどう手をつけていいか分からず、途方に暮れてしまいました。

「なんでもっと早く母の異変に気づけなかったのだろう」とどうして上手く医療機関へ連れて行けなかったのか「そんな後悔ばかりが込み上げてくる日々でした。」

今では施設に入所し、様々なスタッフの方々にお世話になっていきます。

そんなある日、施設で過ごす母の姿を見て、ハッとさせられる出来事がありました。家から持っていた服を母が着たがらないので、理由を尋ねると、「そこには母なりの「おしゃれへのこだわり」がありました。目を輝かせて「服を買いに行きたいー」といきいきとしゃべっていました。

病気や環境の変化があっても、その人らしくあろうとする力は、これほどまでに人を輝かせるのか、「自分らしさ」を大切にすることの尊さを、母の姿から改めて教わりました。



振り返れば、これまで母は家族や周りのために自分の事を後回しにして、一生懸命に尽くしてきてくれました。これからも入退院など、難しい場面に直面することもあるかもしれませんが、それでも、やっと取り戻せた母の笑顔を見守れることが、今の私の何よりの喜びです。そして、今このメッセージを読んで下さっている介護者のみなさん、どうかご自身を大切にしてください。あなたの頑張りには、誰よりもあなた自身が一番よく知っているはずですよ。

時にはプロの力も借りながら、どうかあなた自身の心も穏やかに過ごせる時間が増えますよう、心から応援しています。



淡路市では「介護者の会」や「家族介護者教室」など、介護や福祉にちなんだ会が定期的開催されています

- ◇日頃の介護について話したい方
- ◇ストレス発散したい方
- ◇介護について学びたい方
- ◇リフレッシュを兼ねて小物づくりなど活動したい方
- ◇介護を支援するケアマネジャーさんなど

※日時・開催場所等の詳細は、裏面に掲載しておりますのでご覧下さい。

