

包括だより

発行所

泉大津市地域包括支援センター
(泉大津市社会福祉協議会)

Tel. 0725-21-0294

元気の秘訣



浅井 昭さん
(90歳)

夫婦の約束ごと・・・

私達夫婦は紆余曲折はあったものの妻とは私が二十八才、妻が二十七歳の時結婚、妻も私も早くに父を亡くしそれぞれ母親が苦勞して育ててくれたという同じ境遇でした。結婚に際し約束したことがあります。

彼女は私の体調を考え日々の食事について魚や野菜・果物等を中心にした食事を勉強して好き嫌いのないように教育してくれました。

私は彼女と喜寿や米寿を迎えられるよう常に彼女の体調面を観察し長生きしようと思いました。

お互いをいたわり、いさかきも無く妻の喜寿はハワイで祝いました。残念ながら今年の四月に、米寿を前に旅立ちました。妻はちゃんと約束を守ってくれました。

Q. コロナ禍での妻の看取りを振り返ってどう思いますか？

A. 昨年の秋、自宅では妻の介護をするのは無理やと思ひ、主治医と相談して妻の看取りのために一緒に施設入所を決めました。入所が決まった時、自宅にある全ての物を処分し、いつでも売却できるようにしました。入所後一ヶ月もしないうちに妻は肺炎で入院、今年一月に退院しましたが四月に亡くなりました。亡くなる最期の日まで夫婦で思いつきりしゃべり、一緒に歌も唄ったりしました。妻に認知症状がでてきて、医師から薬も処方されました。薬で直すことは難しいと説明され、私は対面での介護を続けると認知症は進行しないと強く思ひ、いつも妻に関わり続けました。妻とは最期まで普通の会話もでき、いつも通り夫婦で楽しく過ごすことができました。多分認知症にはなっていないかっと思ひます。妻が亡くなる前日の昼から、次の日の昼過ぎまで、一昼夜眠っている妻の傍で寄り添いました。妻は寝たまま最期にふーっと大きく息をして脈がなくなり、看護師

に来ていただきました。

私たち夫婦はもとは大阪市に自宅がありましたら震災で自宅が損壊し、泉大津に引っ越しました。

夫婦の楽しみは四十歳から七十五歳位まで株をしていました。妻に日経新聞の購読を勧めました。私はパソコンも早く購入しました。携帯とかパソコン等新しいことが好きで、そういうことが夫婦の話題になっていました。私は数社の自動車の販売会社に勤めました。なかでもトヨタ自動車では「何事も先ず計画をして、実行していく」ことを教えられ、今もその考え方が身につけています。

Q. 元気の秘訣はなんですか？

A. 四十才頃から足腰を鍛えるためにスポーツジムに通っていました。今はコロナで中断していた運動ジムに、八月から再開し今日も九十歳のおじいさんがジムのスタッフに見守られながら汗をかいています。朝は五時に起き、妻の好きだった煎茶をお供えし、般若心経をとまえ、妻の好きだったコーヒードでティータイムをしています。今後最期妻の看取ったこの施設で暮らしていくつもりです。



入居前、自宅で過ごすお二人

シープラ（泉大津市図書館）主催

認知症・介護 無料相談会

令和3年11月11日（木）18～20：00

（会場）シープラ（泉大津市図書館）
オープンセミナースペース・相談室

11月11日は「介護の日」

介護についての理解と認識を深め、国民への啓発を重点的にするために定められた日です。

働く世代の介護者・家族に認知症や介護に関する相談をしていただけるよう夕方の時間帯に出張相談会を企画しました。



● 介護保険三二講座 （18時から15分程度）

● 予約相談

4組（18～19時：2組、19～20時：2組）

※地域包括支援センターに11月1日（月）から電話で要予約

● 当日相談

随時受け付けますが、相談者が多い場合はお受けできないことがあります。



【予約・問合せ】

泉大津市地域包括支援センター

住所：東雲町9-54（ベルセンター内）

☎ 21-0294