

私の暮らし会議「アイデア」 R6. 3. 27

1事例目	2事例目
長女を含め、生活と共にお母さんの生活を考えていくことで長女の考えも良い方向へいくのではないか。	ご主人が大きい存在ではあるが、高齢であり、身体機能低下を考慮し、リハ職と同行訪問し、ついでに「お母さんもやってみたら」という提案を試みる。
友だちを含め、パッチワークを教えたりする機会を作る。	日記をつけてもらい、やる気につながるようにしてみる。
歩行器の受け入れも良いのでは？中長時間的な外出をアプローチしてみる。	サービスCに参加してみる。自宅でも出来る内容をご主人と共に続けてやってみてはどうか。
情報提供をしっかりと伝えることで、良い方向へいくのではないか。	家庭菜園を2人で挑戦し、食べる喜びを味わう。
入浴方法については、送迎付きの場所を利用してみるのも良いのではないか	ご近所で声をかけてもらい、サロンへ参加してみる。外出する機会が作れば良い。
外出したいとの希望がある、友人もいるので、集まって一緒に行動できる場の提供、計画を立ててみる。	ご主人に合わせている感じも見られる為、離れての活動を考えてみてはどうだろうか。
薬に関して、自己管理できていることは今後も継続してもらい、難しい状況になれば薬局へ相談してほしい。	年間を通じ、地区の行事もあると思うので、参加することが今後の出掛けるきっかけになればいいと思う。
受診の際、処方箋を出しても待ち時間が長いようであれば、後で取りに行くことも検討	一緒に出来ることを考え、実行してみる。出来ることを日記に記載していくことで、やる気につながるのでは。
近隣に公民館がある。地区の会長が中心になって活動されているので、連絡してもらえれば対応できる。	何もしなければ、すぐに運動低下になる。重度化防止の為、動機づけで予防につなげていくことが大事。本人に向き合えばやる気につながるので、続けていくことが定着するようにアプローチする。
自宅で出来ることがあれば、一緒に考えることもできるので参加してもらえたらと思う。	
医療機関での集いの場に参加する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・毎日の散歩や花壇づくりで運動は十分できていると思う。</li> <li>・夫に、公民館活動や地域の活動などで、参加者としてでなく提供者として(元教員としての知識など活かし)参加できる場があれば、そこに一緒に出掛けるなどできるといいし、夫婦ともに意欲的に生活できるのではないかと感じた。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・公民館までの送迎(送迎バスやタクシー)</li> <li>・サロンや百歳体操などに誘ってくれるご近所の方がいるといいと思う。</li> </ul>	
近所の方と有る交流を深めて、プラス何かすることを一緒に考えてみては…？	

地域の顔なじみの人たちと同じ輪で過ごしたい人もいれば、自分のことを知っている人のいない場所での活動を好む方も多くいらっしゃる。地域を超えて、その人が自由に選択でき、個々に合った場所で活動できる環境が整うと良いかと思う。そのための送迎サービス等も充実すると良い。

公民館のパッチワーク教室に行ってみる(娘さんに連れて行ってもらう)  
歩行器を使用して買い物に行ってみる。  
友人が家に来た時に、興味のある針仕事や将棋・囲碁・麻雀・ゲームと一緒にしてみる。

畑仕事を夫と一緒にしてみる。  
興味関心チェックリストの中で、“地域活動(町内会・老人クラブ)に興味がある”にチェックがあったので、自宅から夫と一緒に通える場所でやっている地域活動に参加してみる。

買い物・通院は自分で行って、娘と公民館などでのパッチワーク教室に行く。  
お城のジグソーパズルをする。

宗教活動に参加する。  
終活。

日記をもとにして「自分史」を作ってみては？思い出を振り返れる人とおしゃべりしながら。

- ・地域内の通いやすい場所や行事を勧める。
- ・本人や家族が気軽に相談や話を出来る場所や機会の提案。

産業道路の用水路が曲がり角の行き来に支障をきたしている。用水路を柵で囲っている為。蓋方式にして、高齢者が安心して散歩できる、住みよいまちづくりの一助となるとありがたい。

地域資源として、高齢者が利用できるコミュニティバスなどがあれば、買い物や通いの場への送迎問題の解決の一助になり得るのではと思う。どこの地域も運転免許返納後の移動の問題はついて回る。移動スーパーの誘致などで、近所の人が集えお話をするコミュニティの場になればと思う。そこにベンチがあるだけでコミュニティの場になり得るのではと思っている。