



ディサービスエプロン便り

2026年1月10日号

2026年新春号！（昨年末報告）



新年おめでとうございます！本年も宜しくお願ひします！

新春のお渡しですが、昨年末の色々なご報告もいたします！



手作り饅頭
作りました。



Xマス「お楽しみ会」
お楽しみ頂けたと…



「救命講習」大切です！コロナ渦の後、少し方法
変わりましたが、胸部圧迫30回・5cmの押し下げは
変わらず。AED電気ショックも大切です！

新ホームページ
はこちらから！





介護保険豆知識

『介護離職ゼロ』の政策を、昨年代わった高市政権も引き続き掲げています。

介護のために離職しない「仕事と介護の両立」について連載しています。

今回は、少し趣を変えて、書籍とその著者、そしてそれを紹介した新聞記事の一部引用です。ネタ元はやはり朝日新聞「くらし」面(2025年12月8日)です。

紹介するのは、コラムニスト、ラジオなどでお馴染みの「ジェーン・スー」さんです。昨夏「介護未満の父に起きたこと」(新潮新書)を著されました。サッパリした語り口で、仕事と介護の両立について、考え方やサービスの利用の仕方やその費用など体験に基づいた「書きっぷり」には参考となることが多いと思います。12万部超えのベストセラーとは首肯させられます。

実のお父様(要支援2)について書かれています。本格的な要介護になる前段階ですが、そこをどう乗り切るかについて興味のある人が読者には多いとのこと。団体行動が苦手な父は、訪問介護を利用。そして冷静に「できること」「できないこと」「危険なこと」をピックアップし介護保険外の「自費サービス」も織り交ぜて日常生活を支援。月に10~15万円の支出とのこと。

同居すると「ケンカ」になるのは見えているし、父の年金・貯蓄は少ないのでスーさんが稼ぐ形にして、仕事と両立するためには可能なものは全て外注。父との関係は、「情に流されない」よう工夫しているとのこと。老親とは話し合いでの解決は無理、先がみえず「押しつぶされそう」になるけれど、また「ウソ」をつかれたこともある。そこを責めても解決にならないし。「ビジネスライクに進めようとしている」と。割り切ってこうマインドチェンジできるところを筆者はスーさんをリスペクトいたします。

ここが冷静と思いますが、「父の安心安全」を考えたつもりが「自分の安心安全」を優先していたと。頼まれてもいなことをしたが「父」にも「ケアを拒絶する権利」もあるのだと。その拒絶権行使の上の「救急搬送」もあったとのことですが、「母の遺言」「何があっても仕事を辞めるな」を維持しているそうです。

空き情報	月	火	水	木	金	土
利用	△	○	△	○	○	○
入浴	×	○	○	○	○	×

○空きがあります ×待機ができます △ご相談ください

デイサービスエプロン

〒177-0041 練馬区石神井町8-53-24
電話 03-6915-9320 FAX 03-6915-9316

1~3月の予定

初詣外出・観梅外出
ソメイヨシノ/八重桜
お花見 三昧外出

地震訓練・避難訓練
3月生まれの
利用者様誕生日会

♪デイサービスエプロンは定員13名の小さなデイサービスです。
細やかな心配りとゆったりした
雰囲気を大切にしています。
見学は随時受け付けております。
お気軽にお電話をどうぞ。



※次号は3月10日発行予定です！