



# nadeshico

通信



OSAKA, KANSAI, JAPAN

EXPO  
2025

万博も始まり何度も行かれています方も  
おられるでしょうか？  
今からどんどん暑くなります。  
熱中症予防をしてお出かけくださいね。

**5月10日（土）10時～12時**

今回は、城東区董・鯉江東地域包括支援センターの  
小林さんと間吾さんが来てくださり、「介護保険について・介護保険の申請方法・介  
護保険でできること」など事例を挙げてわかりやすく説明してくださいました。  
介護保険の認定申請も地域包括支援センターに相談すれば家まで来てくださりサポ  
ートしてくださるそうです。

自分で役所に行っていたあの苦労は何だったんだという声も聞かれました(笑)  
また、介護を考えるうえで ACP（アドバンスケアプランニング）が大切であること  
も教えていただきました。

質問タイムには、みなさん積極的に質問をされていました。

私たちが親の介護が身近なお年頃になります。

今回の知識を活用し介護される側もする側も無理なく生き生きと生活できるように  
したいですね。

講義のあとはグループに分かれて今年から始まった「乳がんと言われたあなたへ」  
のパンフレットのテーマごとに意見交換会をしました。

改めて思いを声に出すことで気持ちが整理できたり、色々な考えかたや思いを知る  
ことで新たな気づきができました。

今回はご家族の娘さんが参加して下さり、家族側の思いも知ることができました。  
患者本人も家族もお互いに思い思われ一緒に戦っているんだなということを知ること  
ができ、自分の家族に置き換えて胸が熱くなりました。

テーマはあるものの、脱線してしまったり  
笑いあり涙ありの意見交換会でした。



**次回 7月21日（月）14時～16時**

次回は済生会野江病院の心理士さんによる

「ストレスマネジメント」についての講義です。

病気や仕事生きていく中でストレスはつきものです。講義を受けてうまくストレス  
と付き合っていく手法を学んで人生楽しく生きていきたいですね。

