



あしなみ会だより

足立区精神障害者家族会
事務局：足立区千住4-3-9
TEL 3881-6400



2024年
2月号

令和6年も早一か月が過ぎました。新しい年をお祝いしている元日に能登半島に大きな地震が発生しました。

この地震による災害は甚大で、連日の悲惨な報道に胸が痛みます。地震で犠牲になられた方々のご冥福をお祈りし、被災され、大変な避難生活を余儀なくされておられる方々に心からお見舞い申し上げます。

被災された皆様が、一日も早く安心できる生活に戻れるようになることをお祈りします。また、様々な形で支援されている方々に心からお礼申し上げます。

そんな中ですが節分もうすぐ、東京では早咲きの梅の花が咲き始め陽ざしも明るくなりました。

コロナ・インフルエンザに気を付け、体調管理に気を付けて明るい春を迎えましょう。

< 1月 あしなみ会例会 新年会 報告 >

1月20日（土）12:00～15:00、1月の例会として令和6年新年会を行いました。参加者は法人理事会から三上理事さん、メンバーさん7名、職員3名も含めて21名、久しぶりに多くの方たちが来てくださってにぎやかな会になりました。当日は、東京体育館でチャレンジスポーツのイベントがあり、横内理事長さんはそちらに出席されることになっていたのですが、あしなみ新年会には参加できず、「残念！皆さんによろしく伝えてね」とおっしゃっていました。

役員さんからの開会の言葉で新年会が始まりました。石川会長から能登の皆様へのお見舞いの言葉とともに、コロナが5類となり、こうしてみんなで集まって新年を迎えられることはうれしいと挨拶がありました。メンバーさんのおひとりが皆様の健康を祈念して乾杯の音頭を取っていただきました。



お食事は、例年のとおり、スーパータナカさんの手作りお弁当。野菜もたっぷり、おさかな系、お肉系と好きな種類を選ぶことができました。お菓子もジュースもたくさん！みんなで楽しく歓談できました。

お待ちかねのビンゴゲームでは、なかなかビンゴにならないよの声によくよく見たら、とっくにビンゴだったよ、ということもあり、「よかった！よかった！」の声の中、会員のお母さんが準備してくださった景品をしっかりと吟味して選ぶことができました。景品が少し残ったので、職員1名対皆さんでじゃんけんゲームをして、景品もすっかり皆さんの手元にわたりました。

次に作業所自慢！協立、スマイル、萌、Zipのそれぞれのメンバーさんたちが、今どんな仕事をしているのか、レクはどうだったか、とお話してくださいました。お開きまでのしばしの時間、皆さん、お席の周囲の人たちと身近なお話を深めておられ、職員も熱心に耳を傾けていました。

当日は、気温が下がる、という予報もあったので、黒巻副会長の閉会の言葉で2024年の新年会はお開きとなりました。

(桑原)



感謝

社会福祉法人あしなみにご寄附をいただき、

有難うございました。

あしなみ有志一同 様

～第28回足立区こころの健康フェスティバルのお知らせ～

テーマ「heart to heart～つなげよう！みんなの笑顔と思いやり～」

コロナでオンラインで開催していた 上記のフェスティバルが久しぶりに対面で開催されます。あしなみ会も参加、会の活動紹介や家族相談を行います。皆さんの参加をお待ちしています。

日時： 令和6年3月2日（土） 10時30分～3時頃まで

場所： 足立区役所

内容： 参加団体の紹介 模擬店 作品販売 バザー

講演会 講師：東京女子医科大学医学部 西村教授

記念品：ボールペン

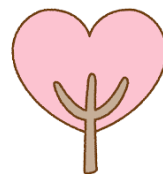
お願い：家族会の紹介パネル展示・片付け等お手伝いをお願いします。



<移転プロジェクトの進捗状況 報告⑩>

令和6年最初の移転会議を、1月17日（水）、オンラインにて行いました。引き続きボンサンスの移転を中心に話し合いを行っています。

自分たちで探した物件の情報収集を、不動産コンサルタントの力も借りて行い、内覧等できないかコンタクトを取ってみようということになっています。良いなと思った物件、土地等は、だめかもしれないけれども早めにコンタクトを取って、こちらの事情等をお話しする機会を設け、検討していくのがよいのではないかと進めています。その中から、良いご縁につながる場合もあるのかなと思います。今年も良いご縁を願って、また、より良い施設作りを目指して、皆様と共に頑張っていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。（報告：岡崎）



< チャレスポ TOKYO～笑顔とふれあい～ 報告 >

1月20日(土)、上記の催しが東京体育館にて行われました。会場には『障がいのある人もない人もパラスポーツを一緒に楽しもう』と豪華ゲスト(オリパラピック選手・芸人さんら)も参加の体験ブース、ステージ、チャレンジコーナーが設けられ、来場者にパラスポーツを思う存分楽しんでもいただきました。あしなみは授産施設ブースに出店し、ボンサンスのビーズアクセサリ・萌作業所の花ふきん・zipのブラウニー・しかはまのクラフトバンド製品を販売しました。小雨降る寒い日でしたが笑顔と元気が溢れていました。ご準備いただいた係の皆さまには大変お世話になりました。有難うございました。(しかはま 木田)

○足立区以外の自主製品をいろいろ見れ、話もきけてよかったです。

○車を出してもらえたので、荷物も体も楽でした。



◆◆◆ トピックス ◆◆◆

< 萌作業所 >

1月12日(金)に4年ぶりに日帰りバスレクを実施しました。メンバー10名、ボランティア1名、職員6名、横内理事長にもご参加いただき、総勢18名になりました。まずは日本銀行貨幣博物館へ。昔のお金や資料を見たり、千両箱の模型を持ち上げて重さを体感するなどして過ごしました。昼食は皇居外苑にあるレストランで重箱に入った豪華なお弁当を頂きました。その後、バスで移動して迎賓館赤坂離宮へ。凝った装飾に驚くばかり。最後は素敵な庭園で集合写真を撮りました。また1つ思い出が増えました。(成澤)

○迎賓館はマリーアントアネットの世界で豪華絢爛、今まで行っただけがない別世界でした。この建物が万代まで存在することを願います。

ランチをヘルシーで美味で楽しいバスレクでした。(K.S)

○「日本銀行貨幣博物館」では貨幣がいつから使われるようになったかを歴史を通して知ることができました。皇居ではおいしいお食事をいただくことができました。国宝「迎賓館赤坂離宮」では、実にゴージャスな室内装飾に圧倒されました。特に大きな鏡や七宝、天井の絵画やシャンデリア、カーテン、じゅうたんなどその他建具なども金で造られており、圧巻されました。(J.B)



<ふれんどいい>

1月21日(日)14:00~15:00、日本カラーコーディネーター協会の講師をお迎えして「パーソナルカラー講座」を開催しました。パーソナルカラーとは自分の魅力を引き出してくれる「似合う色」のこと。定員いっぱいの15名が参加され、みなさん熱心に講義を受けていました。色の特徴や色による印象の違いを学んだあと、各自セルフチェックで自分のタイプと似合う色を確認しました。大好評でした。(吉田)

○合わせる色によって顔色が変わってびっくりした。

○楽しかった。

○またやってほしい。



<協立作業所>

1月19日、23日にわかれてメンバー14名、職員5名で西新井に映画鑑賞に行きました。「WISH」、「君たちはどう生きるのか」と2本ともアニメでしたが久しぶりの映画館での鑑賞でゆったり大画面を堪能してきました。(河野)

○映画レクは楽しみにしていたレクの1つです。久しぶりに映画館で観ると迫力がありとても感動しました。(M.Y)

○昨年の6月に個人的にアリオに行って観た以来でしたがちょっと難しかった。もう一回見みてみたいです。(名久井)

○久しぶりぶりに映画に行けて良かった。シネマズはきれいで観やすかった。(H.M)

○内容はとても難しかったですが映像がとても良かったです。監督の作品は毎回結構難しいけど映像はやはりきれいです。去年の夏からの上映で見るのが間に合ってた良かったです。(原幸子)

○ウィッシュの映画はミュージカルで王の声をやっている方の歌を聴けて良かったです。(平山)

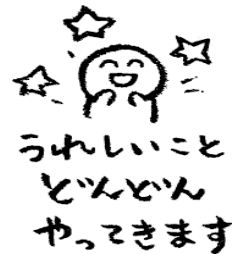


<ボンサンス・千寿>

12月中旬から、大幅な1階のレイアウト変更を行っています。ロッカーとソファの配置換えに始まり、1月初旬には冷蔵庫を新調しました。約30年間頑張ってくれていた冷蔵庫には「お疲れ様」と感謝を伝え、ブラックとシルバーを基調としたスタイリッシュな冷蔵庫が仲間入りしました。節電効果もさることながら、圧倒的な存在感を放っています。今後も皆が使いやすいような空間を作っていきたいと思います。お立ち寄りの際は、是非ご覧ください。（伊野）

○長年使っていた冷蔵庫が新しくなり、心も新たに
なりました。（Y）

○レイアウトが変わり、使いやすくなって良かった
です。（I）



<Z i P>

忘年会を12月28日（木）、昼食にお弁当を食べ午後から忘年会を行いました。お弁当は利用者31名、忘年会は利用者20名、ボランティア1名、職員7名の参加でした。お弁当を3種類の中から希望のものを1つ、飲み物、デザート、お味噌汁を食べました。ゲームは、伝言ゲーム、トイレットペーパー巻き取りゲーム、くじ引きを行い大盛り上がりでした。今後もレクリエーションや忘年会等を行い利用者の皆さんが気分転換を図れる取り組みを続けていきたい
と思います。（関川）

○くじ引きの景品を買いに行けてよかった。（J.S）

○普段話さない方と話せて良かった（Y.M）



<アトリエほっと・しかはま>

1月17日・24日（水）、産直クラブにメンバー7名、実習生1名、職員1名が参加しました。寒い中での作業でしたが、終始楽しい雰囲気
で、収穫した大根は即日販売し、すぐに完売となり「葉まで柔らかく美味しかった」と好評でした。他にほうれん草や春菊、スナップエンドウが控えており、今後の収穫を楽しみにしています。（鈴木）



○初めての収穫でたくさん取れて嬉しかったです。大根の
抜き方の勉強になりました。（T）

○種を蒔いた時からの成長を思うと感慨深いものがあります。
（N）

< 綾瀬スマイル工房 >

1月29、30日に新春おさんぽレクへ出かけてきました。1日目はロングコースで東綾瀬公園にカルガモを見に行ってきました。帰りはおしゃれなカフェ併設のかばん屋さんを見学し1時間半、たっぷりと散策しました。メンバーさん8名、ボランティアさん1名、職員2名が参加しました。2日目はショートコースでスマイルの近くの蒲原神社へお参りに行く予定です。 (坂口)

- 暖かい日差しの中、風景を見て春の兆しを感じ、早いなあと思いました。カルガモや野鳥、木々、花などみんなと散策し楽しめました。(O)
- 今日のレクはおさんぽで東綾瀬公園に行きましたが、カモがたくさんいてエサやりができないのが残念でした。TVで紹介されたお店にも行きましたが素敵なお店でした♪ (K)



一句

- ・ 暖かく やつと幸せ 来たりけり
- ・ 希望の春 僅かな髭を そりし後



(馬蕉)

< 入職のご挨拶 >

協立作業所 江原

皆さま、はじめまして。1月22日(月)より協立作業所に配属になりました、江原と申します。生まれも育ちもこち亀で有名な葛飾区亀有です。協立作業所の皆様と、明るく、楽しく、お仕事を行えればと思います。まだまだ不慣れでご迷惑をおかけ致しますが、ご指導の程、宜しくお願い致します。



< 2 月 あしなみ会例会の お知らせ >

2 月例会は、昨年 6 月の例会で東京足立病院 DC 担当の浦健太郎氏にご講演いただいた DC を利用しておられる当事者の方々をお招きして体験をお話ししていただきます。
まだまだ寒いですが、ぜひご出席くださるようお願いいたします。

記

日 時：令和 6 年 2 月 17 日(土)午後 1 時 3 0 分～午後 4 時

(2 時には講演が始まります)

場 所：ボンサンス・千寿 2 階

住所 足立区千住 4－3－9

電話 03－3881－6400

テーマ：「DC 利用者の方々の体験談」

講 師：東京足立病院 DC 利用者の方々

※マスクの着用と入口での手指の消毒をお願いします。



<お願い>

3 月の例会は花田照久先生に「薬」についての講演をお願いしています。事前に質問をお知らせすることになっていますので、同封の質問用紙に質問を記入し、2 月例会にお持ちくださるか、郵送にて提出してください。

