

2016 (平成 28) 年 1 2 月
新座市精神障害者家族会

やすらぎの会

352-0023 新座市堀ノ内 3-4-11

社会福祉法人にいざ内

第 1 9 6 号

TEL 048-482-5155

1 2 月例会では 1 2 月 1 8 日 (日) 14:00~16:30 野火止一丁目集会所
出席会員 1 6 名

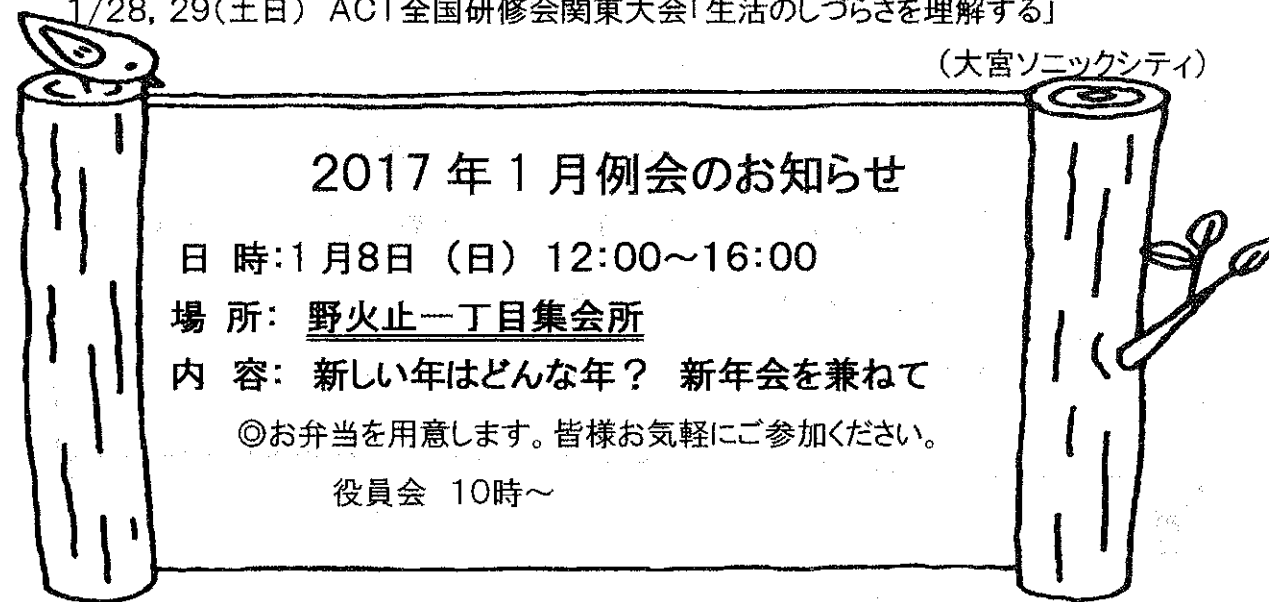
お茶を配り終わった頃ちょうど 2 時を回り、例会が始まりました。この間の研修会や講演会、ボランティアまつり・ガレージバザールなどの報告や感想のあと、5 分間の“傾聴の時間”でそれぞれお話を聞いてもらいます。休憩を挟んで、「今年 1 年を振り返って」をテーマに話し合いを進めました。一人ひとり現在の状況と思いを語りました。

▽夏の間しばらく入院していたが、被害妄想はなかなか抜けない。今は静かに過ごしている。(A さん) ▽落ち着いて作業所に通っている。毎日 3 時まで。週二日は自分で詰めたお弁当持って出かける。いつまでも続いて欲しい。(B さん) ▽熊谷にはグループホームがあるようだが、新座にも欲しい。(C さん) ▽食事の支度や買い物に行ってくれるが、何かしなくちゃという気になって欲しい。(D さん) ▽親と一緒に仕事に行っている、動くことが体にもいい。(E さん) ▽週二日は入院している病院に面会に行っている。(F さん) ▽作業所の活動で公園の清掃をしている。年齢差があって、仲間に入れれないのが悩みです。(G さん)

この一年、それぞれの家族が問題や悩みを抱えながら、様々な工夫したり考えたりして本人の状況が少しでも良い方向に向いてくれるようにと、日々対応し頑張っていることが伺えます。家族の皆さんも頑張りすぎないで、時には気分転換にお出かけしたり、映画を観に行ったり気分転換を図ったりして、健康に十分気をつけて欲しいと思います。12 月例会でお話ができなかった方は、1 月例会で是非皆さんにお話を聞かせてください。では皆さん良いお年をお迎えください!

【今後の予定】

- 1/06 (金) 家族相談 13:00~16:00 (支援センター相談室)
- 1/08 (日) 1 月例会 新年会を兼ねて 12:00~16:00 (野火止 1 丁目集会所)
- 1/11 (水) 後援会役員会 10:00~12:00 (第 3 庁舎 2 階会議室)
- 1/21 (土) 岩崎香氏講演会「みんなで考える障がい者の人権」
13:30~15:30 (清瀬市ころぼっくるセンター・ホール)
- 1/21 (土) こんぼ亭「老子に学ぶ うつ病の治し方」野村総一郎氏
13:00~15:30 (江戸川区総合文化センター)
- 1/28, 29 (土日) ACT 全国研修会関東大会「生活のしづらさを理解する」
(大宮ソニックシティ)



2017 年 1 月例会のお知らせ

日 時: 1 月 8 日 (日) 12:00~16:00

場 所: 野火止一丁目集会所

内 容: 新しい年はどんな年? 新年会を兼ねて

◎お弁当を用意します。皆様お気軽にご参加ください。

役員会 10 時~

家族相談日

毎月第 1 金曜日 13:00~16:00

ご相談は 15:30 までにおいで下さい

1 月は 1 月 6 日 (金) です

にいざ生活支援センター相談室

予約される場合は 鶴飼 (080-1053-7816) まで

例会に出席できない方、ゆつくりお話ししたい方もお出かけ下さい
当番の家族相談員がお待ちしています (1 月の当番: 佐藤・森永)

※ 埼家連の「心をつなぐ家族電話相談」もご利用ください

☎ 080-6685-2128 (携帯)

相談日 毎週 月~金 (土、日、祝日 は休み)

10:00~12:00 13:00~15:00 (昼食時間は休み)



この一年を振り返って

この一年間振り返って思うことは、本当に家族会の皆様には何かとお世話になりました。おかげ様で体も、脳も元気にさせてもらいました。ありがとうございます。「困難を笑いの種にし、それを乗り越えよ」(モンゴメリ) O.S

まさかこんな歳になっても、食欲はあるし、口はよく動くし、知らない人はどこが悪いのですかと問われる。背骨を打っているので前かがみ、常に頭が痛い、常に重い。朝は血圧が不調、それでも一年曲がりなりに命をいただいている。今は今日1日の命と思う日々。感謝を忘れず明るく暮らしています。ありがたい気持ちいっぱいです。

(匿名)

一人暮らしをして欲しいとは思っていますが、私はあまり賛成はしていません。火の心配があるし、食べ物のことも気になるいろいろな心配ばかりです。しかし、兄が弟を嫌っているので困っています。私の子離れしていいのでしょうか。(匿名)

ガレージバザールの名物おばさん。今回参加して体力の衰えをしみじみ感じました。でも今日まで元気に家族会の行事に参加ができたこと、良かったと思っています。来年も皆さんと共に活動できるよう願います。酉年には87歳となります。(中里 恵子)

1年、体力の衰えを感じ始め、諸活動が面倒になってきました。そろそろ引退を考えています。匿名

この一年、医者通いしながらも、何とか健康状態を維持でき、家族会の活動も続けられたことは本当にありがたく感謝です。家族会の皆さんにお会いできると、ほっとして解放された気持ちになります。やはり一番気の許せる仲間だと思います。これからもよろしく。(T. U)

* 例会の場で、一言を書いてくださった方の声を紹介します。ご協力ありがとうございました。(一)



清瀬・東久留米家族会 蒼空会精神保健福祉講演会

「障害はあっても ここで暮らしたい」

～自分らしく生き・夢をかなえるために～

講師：岩崎香氏(早稲田大学 人間科学学術院 准教授)

演題：「みんなで考える障がい者の人権」

日時：平成29年1月21日(土) 13:30～15:30

会場：清瀬市ころぼっくるセンター・ホール(清瀬市中清戸 3-235-5)

西武バス「志木駅南口」←→「清瀬駅北口」「気象衛星センター」下車2分

定員：200名(要予約) 参加費は無料

申込・問合せ：蒼空会事務局 ☎042-493-0210

市への要望書の結果は？

新座市が来年度のサービス見直しを検討している中に、精神障がい者の通院医療費助成廃止や福祉タクシー券の削減、がん検診有料化などが含まれているとの情報が入り、当会では、新座市社会保障推進協議会が取り組んだ署名活動に協力するとともに、会からも市長宛にこれらの福祉サービスを継続してくださいと要望書を提出しました。

市ではサービス水準見直しの40事業のうち、福祉サービスの多くは見直しを撤回したので来年度は現状維持となりました。新座市独自の福祉サービスは素晴らしい施策で、ずっと守っていききたい市民の誇りです。

会員の皆様、署名のご協力ありがとうございました。(U)

訃報のお知らせ

12月2日 吹野和男様 享年81歳

会員吹野庸子さんのご主人です。ご冥福を心よりお祈り申し上げます。