

2020 (令和2) 年4月号
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236号 電話 048(482)5155

4月例会 →集会所閉鎖のため中止になりました

毎日、テレビや新聞を見るたびに新型コロナの感染拡大の状況が報道されています。そして感染者や死者が増えていくばかりで恐ろしくなります。本当にいつになったら終息に向かうのか見通せない状況が続いています。

やすらぎの会の皆さんはどのようにお過ごしでしょうか。

こんな情勢ですので、法人にいざ後援会、埼家連でも総会・会議も出来ず文書でのやり取りになっています。5月例会も残念ながら中止にします。

令和2年度定期総会 →書面議決により実施しました

4月25日に予定していた家族会の総会も開くことが出来ず、議決権行使書で賛否を寄せていただくことになりました。その結果をお知らせします。

会員数37名中26名の方から行使書(ハガキ)をいただき、第1号議案から第5号議案まで、全て異議なく承認されました。

会員の皆様、ハガキでの議決権行使ありがとうございました。

*第5号議案で承認された今年度の役員を紹介します。

会長(1名) 一之瀬昌明 副会長(2名) 矢野捷子・鵜飼富子(会計兼務)
会計(1名) 鵜飼富子 幹事(若干名) 飯塚崇順・浅野照子・井戸川章代
会計監事(2名) 八巻美枝子・長内町子

※なお、幹事に承認された森永信子さんは、その後、ご高齢のためにご辞退されましたことをご報告いたします。長い間本当にありがとうございました。

今年度も、殆どの方が再任で、それぞれにご事情を抱えながらも役を引き受けてくださいました。みなさまのご協力のもと、より良い家族会にしていきたいと思っております。何卒よろしくお願い致します。

コロナのつぶやき ~役員からのひとことメッセージ~

◆必要最低限の買い物や近所の散歩で外出するくらいで、あとは家にこもって新聞を読んだり、テレビを見たり本棚から本を取り出して読んだりして過ごしています。ちょうど新緑の美しい季節なのに郊外には出かけられませんね、近くの黒目川沿いを時たま散歩するくらいです。それも手作りのマスクをしっかりとつけて……。皆さんはどのようにお過ごしでしょうか。

いつもなら開催されている各種の研修会や講演会も軒並み中止で、皆さんにお知らせすることが少なくなっています。こんな時こそ「みんなねっと」や「こころのげんき+plus」をじっくり読むといいですね。(一之瀬)

◆コロナウィルス感染予防のため外出が規制され、娘とのトラブルで夫も私もイライラが募っています。それに加えて左下肢の痛みで歩けない毎日を送っています。

体力も顧みず無謀にも16000歩も歩いて腰を痛めてしまいました。

2月の末に友人と都内の博物館に行く予定を変更して、自然の中を歩こうと新座墓苑近くの妙音沢まで出かけました。黒目川の遊歩道を2時間散策し、坂を上って水道道路沿いのパン屋の屋外で昼食をとり、また30分歩いて我が家に帰りました。かなり疲れましたが、とても気持ちのいい一日でした。

しかし、翌日から左下肢のしびれが出て、数日後には痛みで足がつけなくなってしまいました。整形の医者には背中が曲がって姿勢が悪いせいと言われ、毎日時間つぶしも兼ねてストレッチと腰痛体操を行っています。

もう一つ、時間つぶしに帽子も作りました。

まだまだ動けない日々が続きますが、

出来ることを見つけて頑張りましょう。(矢野)

◆皆様お元気ですか？

コロナウィルスで皆様にお会い出来ないのが淋しいです。今の現状では、外に出られないのがストレスになっていると思います。いかがお過ごしでしょうか？

役員をお引き受けして1年になりますが、お役に立ちませんで申し訳ございません。今年もよろしく申し上げます。(井戸川)

◆皆様いかがお過ごしですか？コロナウィルス感染拡大で、外出自粛等、ストレスの溜まる日々を頑張っていることと思います。

私の娘も「さわらび」でお世話になっているのですが、最近、公共交通機関のバスを利用するの通所は不可となり、自宅待機となりました。益々ストレス、悩みを抱え、なかなか大変です。

私は毎朝、体操をするグループに入っているのですが、学校閉鎖の頃から会場が閉鎖となり始め、今新座市の中ではすべて中止となりました。ところが、隣の東久留米市では出来るとわかり参加し始めました。その目の前にチョット話題になったスーパー銭湯があり、当然ですが只今閉鎖中です。ところが新座のスーパー銭湯は22日から再開したとのこと。明日にでも気分転換に行ってみようかと思っています。そんな訳で日々ウロウロしています。早く感染が下火になり皆様とお会い出来る日を楽しみにしています。

(飯塚)

◆ちょっと運動不足かな？ コロナ太り？ 家にいるとどうしても間食が増えます。家の中にはやる事がいっぱいあるのに手につきません。朝からTVで新型コロナのニュースに見入ってしまいます。特に今日(4/23)飛び込んできた岡江久美子さん死亡のニュースはショックでした。あの明るいキャラクターが好きで、「はなまるマーケット」をよく観ていました。

ウイルスはどこで感染するか分かりません。もしかして自分でも気が付かないうちに感染しているかもしれないのです。本当に怖いです。

私は不要な外出を避け、とにかく家にいることにします。そして早く終息することを願っています。みんなに会えないのは寂しいです、会いたいです、お話したいです、でも辛抱します、笑顔で集まれる日まで。

それでは、また会える日までくれぐれも健康に気を付けてください。(鶴飼)

◆腰痛ひざ痛の落ち着いた晴天の今月21日、運動と気晴らしを兼ねて、以前より計画していた野菜作りのため、ブロッコリーとオクラの種を買いに徒歩でコメリに向った。

道々咲きほころハナミズキを見上げたけれど、心はなぜか癒されず、わずかなすれ違う人との距離もしきりに気にした。

往復1時間程かけ帰宅、早速スコップを手にして庭土を耕し、10分程で種を播き終わった。腰を擦りながら、収穫の夏ごろには皆さんと笑顔で再会できることを願った。

(浅野)

予定変更のお知らせ — 次の予定は全て中止となりました。

5月20日(水) 日帰りバス研修(渡良瀬遊水地) →中止

5月29日(金) 埼家連定期総会 →中止

5月31日(日) 新座市福祉フェスティバル →中止

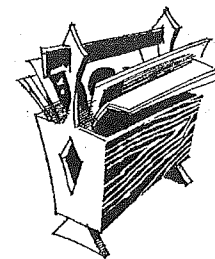
5月例会 5月8日 野火止1丁目集会所予定していましたが
コロナウィルス感染予防のため 中止します。

家族相談 毎月第1金曜日に支援センターで実施していましたが
4月よりしばらくの間お休みにさせていただきます。
困り事、相談したい事がありましたら電話ください。
鶴飼(080-1053-7816) 矢野(090-9243-5343-)

※埼家連「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~木 10:00~12:00 13:00~15:00
(金、土、日、祝日は休み)



ご寄付いただきました

3月16日に熊谷まき様より、115,000円のご寄付をいただきました。故熊谷順子様のご遺志とのことでした。順子様には家族会立ち上げの時から大変お世話になっておりましたのに、恐縮しつつ有難く頂戴致しました。有効な使いみちを皆さんと話し合っ決めてたいと思います。

訃報

4月13日(月) 佐藤五郎さん(享年78歳)

平成16年入会され、当初から家族会の幹事、埼家連の役員、理事を引き受けてくださり、又家族も病気の理解が必要と教材を作って学習会を続けて頂いていましたが、体調を崩され中断したままです。闘病を続けられて回復を願っていましたが、残念です。

ご貢献に感謝し、ご冥福を心よりお祈り申し上げます。