



第165号

令和 6年5・6月号

とき福社会便り



2024. 4. 14 撮影

佐渡よつば会です。あっという間に桜も終わり、新緑が目には鮮やかな、すがすがしい季節となりました。私たちは、精神疾患をわずらった方がいる家族同士の集まりです。社会の一員として障がい者の皆さんが地域で安心して暮らせるように願い、正しい知識の普及に向けて活動をしています。ひとりでも多くの家族や当事者が悩むことなく、つながり、語り合い、支え合い学び合って、やがては困難を乗り越える力をつけることを願っています。家族同士の相談会「しゃべってみんかっちゃ」の開催のほか、研修会の開催や参加、病気の理解を広めるための活動も行っています。「しゃべってみんかっちゃ」は安心して自分の言いたいことが言え、気兼ねなく話せます。一人じゃありません、仲間がいます。支援者も増えています。そしてまた頑張ってみようと思える場ですので 是非寄ってみてください。

佐渡よつば会会長 山本紀美代

本年度しゃべってみんかっちゃ日程

日 時	場 所	日 時	場 所
6月20日(木) 10時~14時	佐渡総合病院宿舎	11月14日(木) 10時~14時	佐渡総合病院宿舎
7月18日(木) 10時~14時	佐渡総合病院宿舎	12月19日(木) 10時~14時	佐渡総合病院宿舎
8月29日(木) 10時~14時	佐渡総合病院宿舎	2月27日(木) 10時~14時	佐渡総合病院宿舎
10月17日(木) 10時~14時	佐渡総合病院宿舎		

活動に興味を持たれた方は、市役所市民生活部健康医療対策課または各支所の保健師までお声がけください。



発行元：社会福祉法人とき福社会

連絡・お問合せ

さわやか 0259-22-3833

相談支援事業所さど 0259-22-3977

相川岩百合 0259-74-0017

サウスクラブ 0259-88-2815

H P : <https://www.tokifukushikai.com>



さわやか



救命救急講習会

2月26日(月)に佐渡市消防本部の方にお越しいただき全職員が胸骨圧迫やAEDの使用法を学びました。このような講習会はとても大切で、また機会があれば次はメンバーも一緒に受講できればいいなと感じました。



カレーショップ通信

5月、6月のカレーショップで販売するスイーツは「いちごのマフィン」です。毎年この時期の期間限定…佐渡産の甘いいちごをふんだんに使用した美味しいスイーツになります。



大変人気のスイーツですのでまだ食べた事のない方はぜひ一度ご賞味ください。



カレーショップさわやか
☎ 22-3450

ハローフレンド

3月13日(水)に新穂トキのむら元気館で調理実習を行いました。メニューは季節を楽しむ春レシピと題して「ちらし寿司」「お吸い物」デザートは「白玉団子」でした。とても美味しく出来上がりました。



鬼太鼓

4月15日(月)さわやかの前庭の桜も満開の中、長畝鬼太鼓保存会の皆さまがさわやかへ門付けに来て鬼太鼓を舞ってくれました。迫力ある舞にメンバーも職員も見入ってしまいました。長畝鬼太鼓保存会の皆さま、忙しい中ありがとうございました。



バザー販売

4月12日(金)は佐渡市役所本庁にて授産品販売をさせていただきました。次回は8月23日(金)を予定しております。

相談支援事業所さど

◎相談支援事業所さど

TEL 0259-22-3977/ FAX 0259-22-3843

新緑がまぶしい季節となりました。相談支援事業所さどは今年度も2名体制です。よろしくお祈いします。

2024年4月月刊みんなネットでは、『高校で始まった精神疾患教育について～広がれ「こころの健康社会」』について特集がされています。令和4年度から、精神疾患の予防と回復について高校の保健体育の授業が開始されました。特集では、群馬大学神経精神医学 福田正人教授、群馬県立高崎女子高等学校 吉田真弓養護教諭より「精神疾患教育から始まるこころの健康社会について」、「高校の保健室から」をそれぞれの立場から期待する事や保健室の役割等について特集されています。ご興味がある方がいらっしゃいましたら、目を通して頂けると幸いです。

子どもは、多くのことを経験しながら成長している一方、成長過程の中で様々な困難やストレスが生まれます。人間はストレスがあるからこそ目標や努力が生まれ、やる気につながるそうです。しかし適度にストレス解消や困難が解決しなければ、ストレスがたまり疲弊につながります。自分にあったストレスの軽減方法を知る事も良いのかもしれませんが、子どもの様子で気になる所が見られたら、身近な方から「相談乗るよ」と一声かけてもらえるとありがたいです。また、悩みについて相談先もありますので、決して1人で悩まず色々な人の力を借りてストレスを軽減していければと思います。

何らかの精神不調がみられても、治療を受けながら周囲の理解や支援により社会で生活している方々は大勢いらっしゃいます。精神疾患の捉えかたは人それぞれですが、精神疾患にかかった『人』が悪いと意識されているのであれば、今後、正しい知識を身につけ、精神疾患の意識が変わり、障がい理解につながる事を願います。





相川岩百合

活動報告

★3月のデイケアは、買い物ツアーでした。
【しまむら】と【ワークマン】に分かれて買い物をした後は、全員で【ムサシ】に行きました。今回初めて店頭には並ぶ岩百合のパンを見たメンバーもいました。昼食は【トマト&オニオン】と【はなまるうどん】に分かれていただきました。今回は最後のデイケアでしたが、楽しい思い出ができました。

★3月3日(日)、きらりうむ佐渡で【ひなまつりマルシェ】の販売を行いました。天気が悪く、人出が心配されましたが、お昼過ぎにはパンは完売となりました。



5月・6月のパン

- ・こしあんミックス (こしあん、塩バター、アーモンド)
- ・きんぴらミックス (きんぴら、塩バター、チーズカレー)
- NEW ホワイトチョコWミックス (ホワイトチョコW×2、チョコW×1)
- NEW チョコWミックス (チョコW×2、ホワイトチョコW×1)
- ・ホワイトチョコパン Wチョコチップ (ミックスと単品のみ)
- NEW チョコパン Wチョコチップ (ミックスと単品のみ)
- ・こしあん (ミックスと単品のみ)
- ・きんぴら ・塩バター ・アーモンド ・チーズカレー



ホワイトチョコWと
チョコWは
白・黒のWチョコチップ入り



活動報告

サウスクラフ

3月21日 精神障がい者支援事業の一環で、赤泊小学校とコラボレーションし、卒業式用の紅白パン作り～販売をさせて頂きました。生徒の皆さんや地域の皆さんに事業所の活動を広める事ができました。

研修旅行

4月25～26日那須方面へ研修旅行に行ってきました。障がいを持たれた方が就労しているお菓子工場の店舗と、お菓子工場の見学をし、いちご狩りも楽しみました。



新商品のお知らせ

6月より、バジルチーズパンに代わり**バジルコーンパン**を販売致します。地場産バジルの香りと自然なコーンの甘みの表現に時間をかけて作りしました。ぜひご賞味ください。 ￥100/個



通所メンバーからの一言



・私はさわやかへ行く前に、約一時間弱体を動かして体操をしてから通所しています。これからもずっと続けていきたいなと思います。

さわやか Y.N

・私がさわやかに来て早三年になります。仕事も少しずつできて来ると思います。これからも仕事をがんばって行きたいと思います。

さわやか N.S

・さくらの便りが聞かれて佐渡にも春がやって来ました。通所の途中でも水仙が咲いて気持ち良い季節です。

ホームセンターで花苗を買って家の前に一杯花を咲かせます。とても幸せな毎日です。

さわやか Y.N

・令和六年四月一日から佐渡病院の薬の処方院内から院外処方になり、佐渡総合病院デイケアこそすもすがアイン薬局の二階に出来ました。戸惑う事ばかりで不安です。

さわやか M.S

・だんだんと暖かくなってくるので体調面に気を付けたいです。

相川岩百合 T.H

・ゆりいなに入って4年目になった。次々規則(きまりごと)ができてあわせるのに大へんだ。互いにルールは守っていききたい。

相川岩百合 F.T

・オイシックスに頑張っって欲しい。

サウスクラブ H.U

・2月よりサウスクラブへ通所しています。作業がとても楽しいです。また、研修旅行が楽しみです。

サウスクラブ M.T



●ピアサポート（しゃべり場ピュア）今期日程

・5月13日(月)、8月19日(月)、11月18日(月)、2月17日(月)

会場:カレーショップさわやか(佐渡市新穂大野1860-1)

時間:14:30~16:00(問い合わせ先:とき福祉会各事業所、各福祉相談員迄)

※精神的な障がいで悩まれている方、家族、支援者には話しづらい事も、同じ立場の人同士だから話せる場です。

●ご寄附ありがとうございます！

さわやか・相川岩百合・サウスクラブ

■金井電設様…寄付金

本年度も三事業所に対し多額のご寄付を戴きました。

長きにわたりご支援を戴き心から感謝申し上げます。

さわやか

■匿名希望:米30kg ■匿名希望:椎茸、肉、砂糖、醤油 ■光村克己様:皿、お盆他

■羽茂地区民児協様:お菓子

相川岩百合

■ボランティア様(各位):お菓子、野菜等 ■新穂地区民児協様:飲料 ■市役所相川支所様・明石様:古新聞 ■他

サウスクラブ

■S様:お菓子等 ■I様:生ワカメ



とき福祉会イベント情報(出店等)

さわやか 5月9日~5月10日 さわやか研修旅行(栃木方面)

6月15日 ビッグフェスティバル金井農機 カレー販売・5月15日 健康推進協議会総会販売

相川岩百合 5月10日 十日市販売・5月15日 健康推進協議会総会販売・5月22日 二十一日市販売

5月24日 市役所本庁販売・6月10日 十日市販売

サウスクラブ 5月14日 パンの日 市役所羽茂支所での出店販売・5月15日 健康推進協議会総会販売