



第171号

令和 7年5・6月号

# とき福祉社会便り



佐渡よつば会です。桜若葉がみずみずしい季節となりました。  
私たちの会は、精神疾患をわずらった方がいる家族同士の集まりです。「見えない障がい？」  
「見てない障がい？」家族こそ一番の理解者のはずが、近すぎるから見えないことがあると  
思います。同じ苦労や心配事を持つ家族同士は、一人で悩まないで語りあう事で、気持ちが楽に  
なるし、必ず展望が開けてくると考えています。本年度も家族同士の相談会「しゃべってみんな  
っちゃ」の開催と、研修会の開催や参加を企画しています。  
愛する家族が、社会の一員として地域で安心して暮らせるように活動していきたいと思ひます。  
今年も、とき福祉会と共に活動の輪を広げて参りますので、地域の皆様のご支援をよろしく  
お願いいたします。

佐渡よつば会会長 山本紀美代



発行元：社会福祉法人とき福祉会

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

HP : <https://www.tokifukushikai.com>

## さわやか オススメ商品



長手袋 350円



軽トラ座布団  
350円



腕カバー(小)(大)  
各 200円



靴下カバー 200円



ちりとり 400円



雑巾3枚 100円



カエル人形  
300円



針刺し 100円



花布巾 450円



姉さん被り 450円



トキ人形 300円

※さわやかまたはカレーショップではその他にも商品がありますのでぜひお立ち寄りください。

## 感謝

4月15日(火)朝から小雨が降る肌寒い日でしたが、長畝鬼太鼓保存会の皆さまが門付けに来てくださった時間帯はすっかり雨も上がり、桜の花が舞う中で迫力ある鬼太鼓を舞っていただきました。お忙しい中、今年も来てくださりありがとうございました。



## カレーショップ通信

5月～6月のスイーツは「いちごのマフィン」です。佐渡産のいちごを使用した毎年大人気のマフィンになります。



カレーショップさわやか  
☎22-3450

## 相談支援事業所さど

◎相談支援事業所さど

TEL 0259-22-3977/ FAX 0259-22-3848

新年度が始まり1か月が経ちました。相談支援事業所さどの相談員は、前年度と変わらず2人体制で常勤しています。生活の中で気がかりな点や困り事がありましたら、いつでもお声がけください。今年度もよろしくお願いたします。

さて桜の木々たちの葉が青々と色づき、暑さを感じる季節となりました。この時期に気を付けたいのが、『5月の熱中症』です。熱中症と聞くと夏になりやすいものと思いがちですが初夏や梅雨時期は、急激な温度変化やジメジメとした湿気から体が適応できず、熱中症になるリスクが高くなります。5月になりましたが朝晩の肌寒さを感じます。そして寒さをしのぐため、つつい厚着になりがちですが日中は25℃を超える日もありますので、薄手の上に羽織る物を着用するなど、衣服で調整ができると良いですね。

また、夏と違い水分補給が疎かになりやすい時期でもあります。喉が渇くことは軽い脱水症状と言われてしますので、喉が渇く前に水分補給を取り入れる事や、疲れを感じたら適度に休憩を取り入れ、元気に過ごしていきましょう。人間の水分量は、体重1kgあたり30mLの水分摂取量が推奨されていますが、暖かい日やスポーツを行った後はもう少し水分摂取ができると良いと言われています。





# 相川岩百合



## 活動報告

★岩百合の施設行事として、2月20日にカラオケと次年度計画を、3月13日にひなまつり散策を行いました。ひなまつりは毎年相川地区で開催されているもので、公開されている範囲が広いので二班に分かれて見学をしました。古いもので江戸時代のものから、明治、大正、昭和、平成まで様々な年代の貴重なお雛様を見ることができました。良いお天気の中、地域の方との交流もありつつ散策を楽しみました。



★4月3日、佐渡市役所両津支所2階市民ホールで授産品販売を行いました。職員の方の他、来庁者の方にもお越しいただきました。ありがとうございました。次回の両津支所販売は5月1日、次々回は6月5日です。



# サウスクラフ

## 活動報告

4月17日～18日日光・鬼怒川方面へ研修旅行に出かけて来ました。鬼怒川地区の就労継続支援B型事業所でパンの製造販売をしている すかいベーカリーさんの見学と、日光東照宮・東武ワールドスクウェア等を散策してきました。久しぶりに佐渡から離れ、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。



## お願い

作業に使用するフェイスタオルが不足しています。ご家庭に未使用の白タオルがありましたら、ご寄付戴けると助かります。



## 商品紹介

みんなが大好きなカレーパンをロールの形にして発売します。ちょっぴりスパイシーで懐かしい味です。お好みで、レンジで10秒程度温めるとおいしさアップ！5月から販売開始です。ぜひ一度ご賞味ください。

## カレーロール



¥100／個

## 通所メンバーからの一言

・さわやかに通って仕事をしています。寒い事もあります但頑張っています。だんだん桜も咲いて暖かくなってきます。良い毎日を送りたいです。  
さわやか Y・H

・私は入浴は苦手です。洗濯はほとんど毎日しています。これだいいと思っています。  
さわやか Y・N

・もうすぐ、ゴールデンウィークだなと思っています。とても楽しみです。ゆつたりとしたいです。  
さわやか T・S

・週5日、仕事をがんばっています。休けいが多くてこまります。  
さわやか H・S

・仕事を始めて一年未満ですが着々と仕事が覚えられるようになり、仕事のおもしろさを感じられる様になってきました。周りの人達のおかげです。  
さわやか K・Y

暖かくなってきて、春らしさを感じました。ゴールデンウィークの時期では、外出などを楽しんでいます。  
相川岩百合 M・I

・今年で、相川岩百合に通所して5年目になります。これからも、休まず通所したいです。  
相川岩百合 M・T

・研修旅行は、長い時間バスで疲れたけど、楽しかった。夕食の肉がおいしかった。これから自動車の免許をとるので頑張りたいです。  
サウスクラブ K・N

・サウスクラブに4月から通所しています。少し慣れました。  
サウスクラブ R・T



### ●ご寄附ありがとうございます

#### さわやか

★匿名希望…白タオル      ★匿名希望…コーヒー・紅茶セット      ★匿名希望…白菜・しいたけ

#### 相川岩百合

★三浦理事長…タオル      ★ボランティア様…タオル・小物・漫画・カレンダー・保冷バッグ  
★小宮山様…化粧水      ★本間様…古新聞      ★中川様…古新聞      ★山本様…古新聞      ★明石様…お菓子  
★相川地区民生委員様…牛乳パック      ★坂田様…花      ★大浦中川様…ねぎ

#### サウスクラブ

★匿名希望…お菓子      ★羽茂地区民生員様…焼き菓子

### とき福祉会イベント情報(出店等)

#### さわやか

- ・5月9日 市役所授産品販売      ・5月14日 佐渡市健康推進協議会総会授産品販売
- ・5月15日～16日 さわやか研修旅行(長野・富山方面)
- ・6月13日ビッグフェスティバル金井農機、カレー販売

#### 相川岩百合

- ・5月1日 佐渡市両津支所販売      ・5月14日 佐渡市健康推進協議会総会販売
- ・5月22日 二十一日市販売      ・5月28日 県地域振興局(相川)販売
- ・6月5日 佐渡市両津支所販売      ・6月10日 十日市販売

#### サウスクラブ

- ・5月17日佐渡ロングライド(選手向け)補給食対応      ・5月20日 パンの日販売 羽茂支所
- ・6月特定検診販売 羽茂地区・小木地区・赤泊地区(随時)