

# とき福祉会便り



日頃から精神障がいと佐渡よつば会の活動にご理解とご支援を戴き心から感謝申し上げます。

さて、精神障がい者家族会ですが、昭和45年に旧畑野町と旧相川町で発足し、定例会や研修会、医療費助成制度等の運動、居場所、就労への道の確保を目指して活動してきました。その後平成14年までに旧市町村で各家族会も立ち上がり、家族同士でつながり合い活動を進めてきました。平成20年には4つの家族会に再編成し、合同で研修会を実施したり、当事者のためにも元気な家族を維持し、自分達で出来ることを考え取り組んできました。病気への理解を求める活動や、カレンダー作成、マテ茶などを一緒に販売しながら家族会のPRと、しゃべってみんかっちゃ(家族の集いの場)を開催してきました。

令和4年には、「佐渡よつば会」を発足し、定期的に ほっとできる仲間とお互いの話を聞きながら知恵を出し合って活動をしてきました。しかし会のメンバーも高齢化し、情報化社会への移行等で、つながり方も変わり、新規会員が増えない状況となり、年々会員も少なくなってきました。長年、佐渡市からも補助金や保健師さんも一緒に活動し支援をいただいていたのですが、令和8年度からは、会の活動規模を小さくし、自主的に年3回程度の家族同士の集まりを開催する事としました。法の改正や制度の充実は進んでいますが、心の病気や生きづらさの問題は依然として大きな課題です。誰もが、つらくなった時にちょっとしゃべってみる、安心して話ができる、聞いてもらえることで少しほっとできる、そんな 社会になってほしいと願っています。

佐渡よつば会 会長 山川辰也



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



## クリスマス会

12月23日(火)午前中は会場や汁物作り等の準備をし、午後からはメンバーや家族、地域の皆さままで盛大にクリスマス会を行いました。合唱やビンゴ、〇×ゲームに施設長サントが登場しお菓子のプレゼント、そして参加したメンバーがそれぞれ来年の抱負をしっかりと発表してくれました。今年も佐渡市共同募金委員会より多額の助成金を頂き、また他にも沢山の方々からお手伝いやご寄付を頂きました事をお礼申し上げます。本当にありがとうございました。



## 🍷カレーショップ通信🍷

〜3、4月のスイーツ〜  
🍷りんごのマフィン🍷 250円

佐渡産の甘〜いりんごを使用しているのぜひ食べてみてね

## お知らせ

日ごろより、さわやか授産品をご愛顧いただき誠にありがとうございます。

このたび、原材料および資材価格の高騰に伴い、「乾燥糸こんにゃく」の内容量を以下のとおり見直しさせていただきました。

- ・旧容量:250g
- ・新容量:200g
- ・変更開始日:令和8年2月1日

形状に変更がありますが、価格、品質および調理方法については従来と変更ありません。

お客様にはご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解と変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。



## 新年会

新年会ではお昼にみんなで美味しいお弁当を食べ、午後からはビンゴゲームや新聞紙を使ったゲームにカラオケもありでメンバーと職員で大いに盛り上がりました。



## 相談支援事業所さど

### ◎相談支援事業所さど

TEL 0259-22-3977/FAX0259-22-3843

3月になりました。今年も花粉が大量に飛散しています。花粉症対策として、マスクや花粉用メガネを使用し、外出時には花粉がたくさんついているので、体や頭をしっかりと洗浄し対策をしていきましょう。さて、今回は健康の話ではなく、私が最近経験して感じた事についてお伝えさせて下さい。

皆さんにとって家族とはどのような存在でしょうか。ありがたい存在、ちょっと口うるさい存在、なんだか苦手で疎遠になっている方もいらっしゃるでしょうか。わたしにとって家族とは?と考えた時、空気のような(そこにあるが当たり前で、ないと困る)存在だと感じていました。先日、家族が体調を崩したり、生活に支障がでるほどのケガをするなどのトラブルが起こり病院へ同行しましたが、私は特にやる事もなかったため、ふと最近のやり取りを振り返ってみました。振り返りをしていると、常日頃、相手に私ができない所をフォローしてもらうことが多かったのですが、それを当たり前と感じていたこともあり、感謝を忘れていたことに改めて気づきました。また去年家族が亡くなりましたが、今になって書類の手続きや本人の親戚づきあい等に「これはどうだったっけな」とあたふたしたこともありました。今後は自分で出来る所は行い、やってもらった時は忘れずに感謝をしよう、元気なうちに確認できることは確認しようと感じました。この経験を通して皆さんにお伝えしたいことは、老若男女問わずいくら健康に気を遣っていても、いつ何時、何かあるかわからないので家族でも誰でも自分にとって大切な人に、今できることやしてあげたいことがあれば相手にしてあげてほしいと思いますし、何か確認したいことがあれば確認して頂きたいと思います。自分自身もいつ何時なにが起きるかわかりません。生きているうちに「〇〇がやりたかった」と思うようなことがあれば、後悔する前に行えると良いなと思います。



# 相川岩百合

★ 12月25日、毎年恒例のクリスマス会を開催しました。4班に分かれ、お招きした民生委員さん、ボランティアさんと一緒に『絵伝言ゲーム』や茶話会を楽しみました。じゃんけん大会では、お目当ての景品を巡り熱い戦いが繰り広げられました。

★ 2月19日に施設行事を行い、次年度計画を立てました。来年度の施設行事は右の表の通りとなります。

## 令和8年度 相川岩百合 施設行事

5月… 調理実習  
10月… 調理実習  
3月… 軽スポーツ、  
カラオケ



## 活動報告

この度、相川岩百合がJA佐渡とれたて直売部会の特別賞を受賞し、2月13日に行われた総会で表彰されました。この賞は、販売金額の前年対比及び前年との差額により表彰者が決定されるものです。今回の受賞を励みに、メンバー・スタッフ一同これからも精進して参りたいと思います。



## タオルご寄付のお願い

雑巾作りに使用するタオルが  
不足しております。

引き続き、ご不要なタオルを募っておりますので  
ご協力をお願いいたします。



# サウスクラブ

## 活動報告

### ●避難訓練実施

12月26日サウスクラブに於いて、洪水時の避難と、火災による避難訓練を実施しました。避難訓練終了後には、消火器を使った消火訓練も実際に行ってみました。

### ●節分(豆まき)

2月3日節分の豆まきを行いました。今年もいっぱい福が舞い込み良い年になる様に願いを込めて行いました。



## お願い



作業で使用するフェイスタオルが不足しています。ご家庭に不要で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。また、野菜や、調味料等ご家庭で不要でご寄付戴ける食材等がありましたら合わせてご支援を戴けると幸いです。

## 商品紹介

今月より抹茶メロンパンを販売致します。  
抹茶とホワイトチョコ風味のメロンパンです。  
3色揃えてご注文も戴けますので、是非お試しください。  
各¥100(3個袋入り¥300です。)



## 通所メンバーからの一言

### さわやか

・今年の冬は寒かったです。春になったらまたウォーキングを始めたり、おひな様も飾る季節になります。  
桜を見るのが楽しみです。 T・T

・みなさん仕事がんばっていますか？私もがんばっています。4時間30分働きたいです。

H・S

・私は毎朝15分位近所を散歩しています。時々、近所の犬の散歩の人と一緒に、話しながら歩いています。今後も続けていきたいと思っています。

S・E

・いい所があったらさわやかをやめ就職したいです。

H・H

### 相川岩百合

・工賃が安くて気にしています。もう少し上げて下さい。

F・T

・さむい日がつづきますがカゼをひかないように気をつけましょう。

M・I・

### サウスクラブ

・研修旅行がとても楽しみです。

M・T

・久しぶりにボーリングをしたい。また佐渡で出来ると嬉しいです。

R・S

## ●ご寄附ありがとうございます！

佐渡よつば会様より、さわやか、相川岩百合、サウスクラブの三事業所に対し、備品のご寄付を戴きました。

・さわやか 洗濯機、・相川岩百合 電子レンジ、・サウスクラブ ショップシーラー  
日頃より、精神障がいへの理解を促進する活動と私どもの活動に対してご理解と  
温かいご支援を戴き、心から感謝申し上げます。

感謝

### 相川岩百合

- ★ボランティア様…古新聞、牛乳、お菓子
- ★ボランティア様…岩のり、タオル
- ★中村様…タオル
- ★宇田様…古新聞
- ★田中様…タオル
- ★JA 佐渡 岩崎委託店様…大根
- ★山田様…タオル
- ★中川様…餅、お菓子
- ★匿名…白タオル
- ★匿名…大根、ネギ

### サウスクラブ

- ★匿名…コーヒー、★匿名…チョコレート

## とき福祉会イベント情報(出店等)

さわやか 3月13日 農機フェア カレー販売

相川岩百合 4月 2日 高千牛市販売

サウスクラブ 3月17日 羽茂支所(パンの日販売)