

# すずらん会だより 58号

平成30年3月発行



## ふれあい10周年記念のつどい開催

1月25日福祉の森会館視聴覚室でふれあい10周年記念のつどいが、古河市長をはじめ来賓の方々その他関係者の方々を多数お迎えして開かれました。皆様の挨拶、10年の歩みを紹介の後、家族会によるハンドベル、通所生による手話歌、そしてCHFK+1による演奏と、楽しいひとときを過ごしました。昼食は支援員さんの手作りの豪華なお弁当を、cafeとふれあいの作業所に分かれていただきました。

様々な方々に支えられ、少しずつ困難を克服して今日に至ったものだと感慨ひとしおです。これからも、病を抱いて生きてゆく通所生にとって、居心地のいい居場所であって欲しいと願いました。

## 障害者福祉団体リーダー研修会に参加

平成30年2月16日(金)茨城県総合福祉会館で障害者福祉団体リーダー研修会が開催されました。

農福連携の現状と課題・可能性と題してお話があり、農作業を行うことで症状が軽くなり、病状が回復し、元気になるなど沢山のお話を聞くことができました。

## 会長会議 2/20

今回も5つの家族会の報告がありました。私たちが年5回行っている定例会も、年2回のところや毎月1回それぞれ活動していることが違い、とても参考になりました。中でも病院家族会は、さまざまな事情で解散してしまって、現在1家族会しかないとのこと。それでも今再建の努力をしています。土浦の家族会もまた再建に向けて活動中です。これからも家族会をささえあい、学び合い、そして情報交換の場として皆様と一緒にあり続けたいと思います。

## 役員会報告

1月度	・運営及び会員状況／各係の報告／10周年記念のつどい確認／情報交換
2月度	・運営及び会員状況／各係の報告／来期の事業計画の確認／情報交換

## 定例会(三和)に参加して

3月5日(月)三和庁舎にて定例会を開きました。家族会メンバー13名が参加されました。古河保健所の海老原さん、沼尻さんを招き、輪になって皆さんの話しを聞いたり、それに対しわかる人が答えたり、教えあい、聞きやすい態勢で話し合いました。できる事はアドバイスの元、やっていけますので、お年を召されている方は、どんどん福祉の方や、保健所の方に相談して良いと感じました。新しくメンバーさんが増え、活気づいていると感じました。

## 「家族のメンタルヘルス～笑いヨガで健康体

古河保健所主催の家族教室に家族会から4名参加してきました。講師は私たちがよく知っている“せこ三平さん”です。

笑いヨガの話を聞いて、準備体操をしました。

あいさつラフター、好きな果物をあげてのミルクセーキラフター、モーターボート、うめぼし、痛いところにつけるクリームなどヤッター、ヤッター、エイのかけ声と共に笑って交流し“せこ三平”さんの「笑いは副作用の無いお薬です。笑って頭の中をすっきりさせよう」という説明に納得でした。

最後は目を閉じて、ハミングして昼寝をしたあとみたい。その後に行われた交流会では、病気の人を持った家族が熱心に話し合いを行いました。

## 総会の予告

平成30年度の総会は5月17日(木)13:30～福祉の森会館にて行う予定です。後日、詳細は改めてお知らせ致します。

問い合わせ／連絡先：茨城県古河市新久田271-1福祉の森会館（特定非営利活動法人ふれあい内）

☎/fax0280-48-5878 e-mail info@fureai-net.org