



悠遊舎えどがわ 地域活動支援センターⅢ型

132-0035 江戸川区平井1-9-6 大徳ビル1階
TEL&FAX: 03-5626-2998 / IP電話: 050-1564-7807
E-mail: u2edogawa@ybb.ne.jp

第二悠遊舎えどがわ 就労継続支援B型事業所

レインボーハウス インスタグラム: rainbowhouse1111

132-0035 江戸川区平井1-6-10 チェルシー泉1階
TEL: 03-5628-2706 / FAX: 03-5628-2707
E-mail: u2edogawa@ybb.ne.jp

喫茶「絆」

132-0035 江戸川区平井1-3-12
TEL: 03-3682-6567

悠歩舎 地域活動支援センターⅢ型

132-0023 江戸川区西一之江4-1-6 啓成ハイツ松江1F-A
TEL: 03-3654-3557 / FAX: 03-5663-1781
E-mail: yuuhosya@gmail.com

YSG 就労継続支援B型事業所

気まぐれ飛行船 <http://k-hikousen.com>

132-0023 江戸川区西一之江3-1-2
ライオンズマンション親水公園南102号
TEL: 03-3656-4252

土の夢

132-0023 江戸川区西一之江4-16-11前波ビル1階
TEL&FAX: 03-3655-7224
E-mail: ysg@oregano.ocn.ne.jp

相談支援センター

悠とピア

132-0023 江戸川区西一之江4-1-6 啓成ハイツ松江1F-A 悠歩舎内
TEL&FAX: 03-5879-9377 / E-mail: utopia_edogawa@outlook.jp



- 普通の文章でも、詩歌、絵・イラスト・漫画、写真など、随時募集しております。
- 掲載ご希望の方は投書箱への投函かお近くのスタッフまで、お願いします。
- ゴメンナサイ…投稿くださっても編集会議で“没”とさせていただくこともあります。
- 絵や写真などを投稿される場合は、最大A3 = 42×30センチ程度でお願いします。
- なお、誌面の関係で頂いた原稿よりかなり小さくなる場合があります。
- カラー原稿でも問題ありませんが、予算の都合上、印刷は通常白黒となります。
- また、文章を書くのがシンドイと感じる方は、インタビュー方式で致します。

交流会のお知らせ

● “患者自治会を目指しませんか” という呼び掛けのもと、2019年より開催している交流会ですが、今年は青森で開催いたします。……東京を離れ、みちのく北のまほろば青森です。会場は、初夏の陸奥湾が見える“青森観光物産館・アスパムの5階白鳥”。JR青森駅から徒歩6分……とNPO法人サンネット青森の根本さんは語られています。

皆さん、ぜひご参加下さい！

日時：2024年7月3日（水）午後1時半～

会場：青森県観光物産館 アスパム 5階【白鳥】

030-0803 青森県青森市安方1丁目1番40号
TEL: 017-735-5311 / FAX: 017-735-2067
<https://www.aomori-kanko.or.jp/>

● 交流会ミニ歴史（根本氏作成）

- 第1回 2019年10月2日：公開交流会（東京）
- 第2回 2020年10月3日：東京交流
- 第3回 2022年5月10日：東京交流（映画と交流）
- 第4回 2022年10月19日：東京交流
- 第5回 2023年5月21日：交流広場・松本
- 第6回 2023年11月22日：東京交流

～ 運営委員会 & 広報会議のお知らせ～

運営委員会 & 広報会議は5月24日（金）午後2時半から“小松川さくらホール”2階の集会室第2で開催。

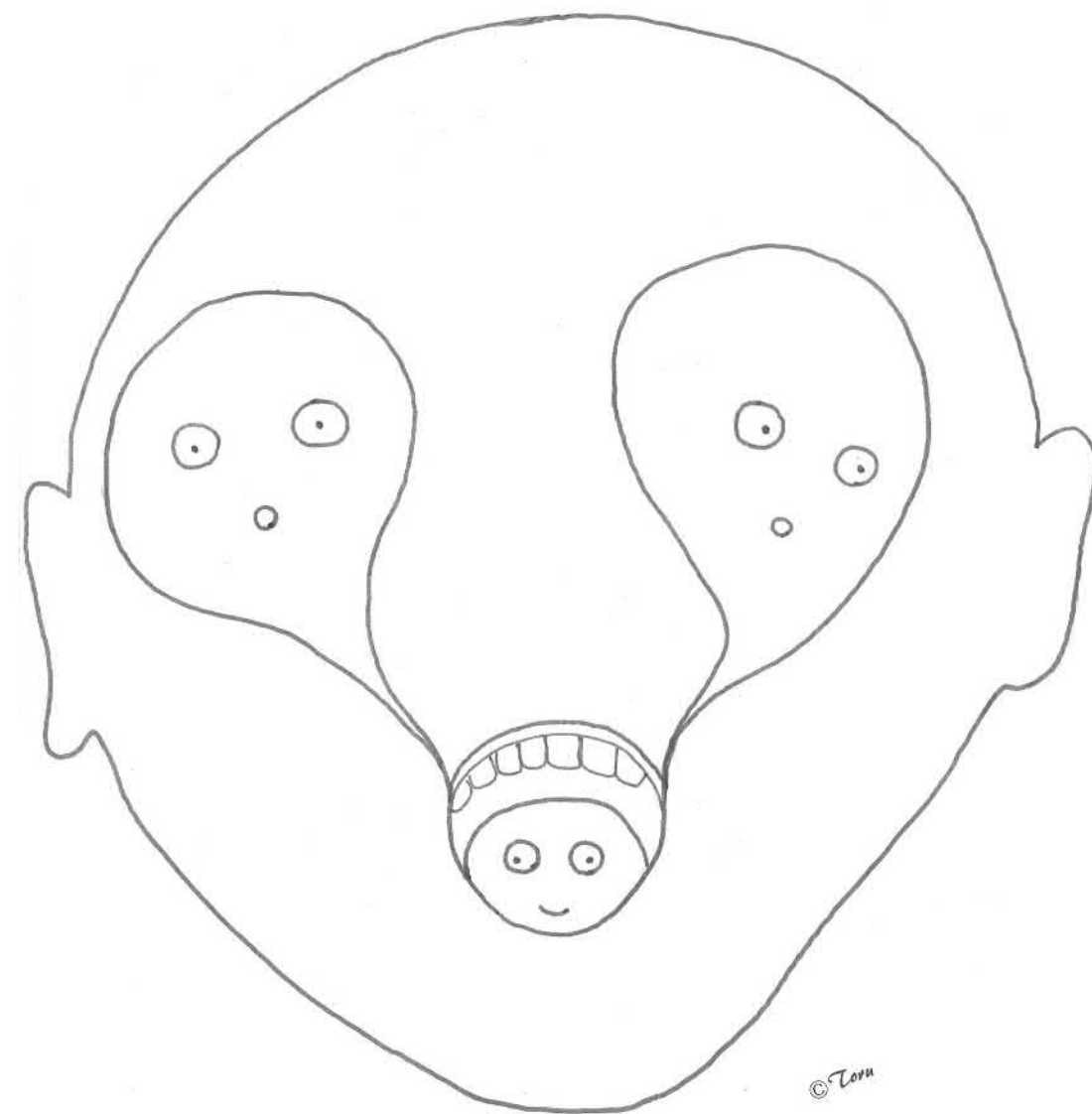
遊歩道

遊歩道 YouHODO 第111号 / 2024年4月24日発行
発行：特定非営利活動法人 えどがわ悠人会
連絡先：132-0035 東京都江戸川区平井1-9-6 大徳ビル1階
TEL・FAX 03-5626-2998 / IP電話 050-1564-7807
E-mail: u2edogawa@ybb.ne.jp

悠歩舎バンド「江戸川狂奏音楽祭」に出演

レクバーベキュー…… YSG

P6 P7~8



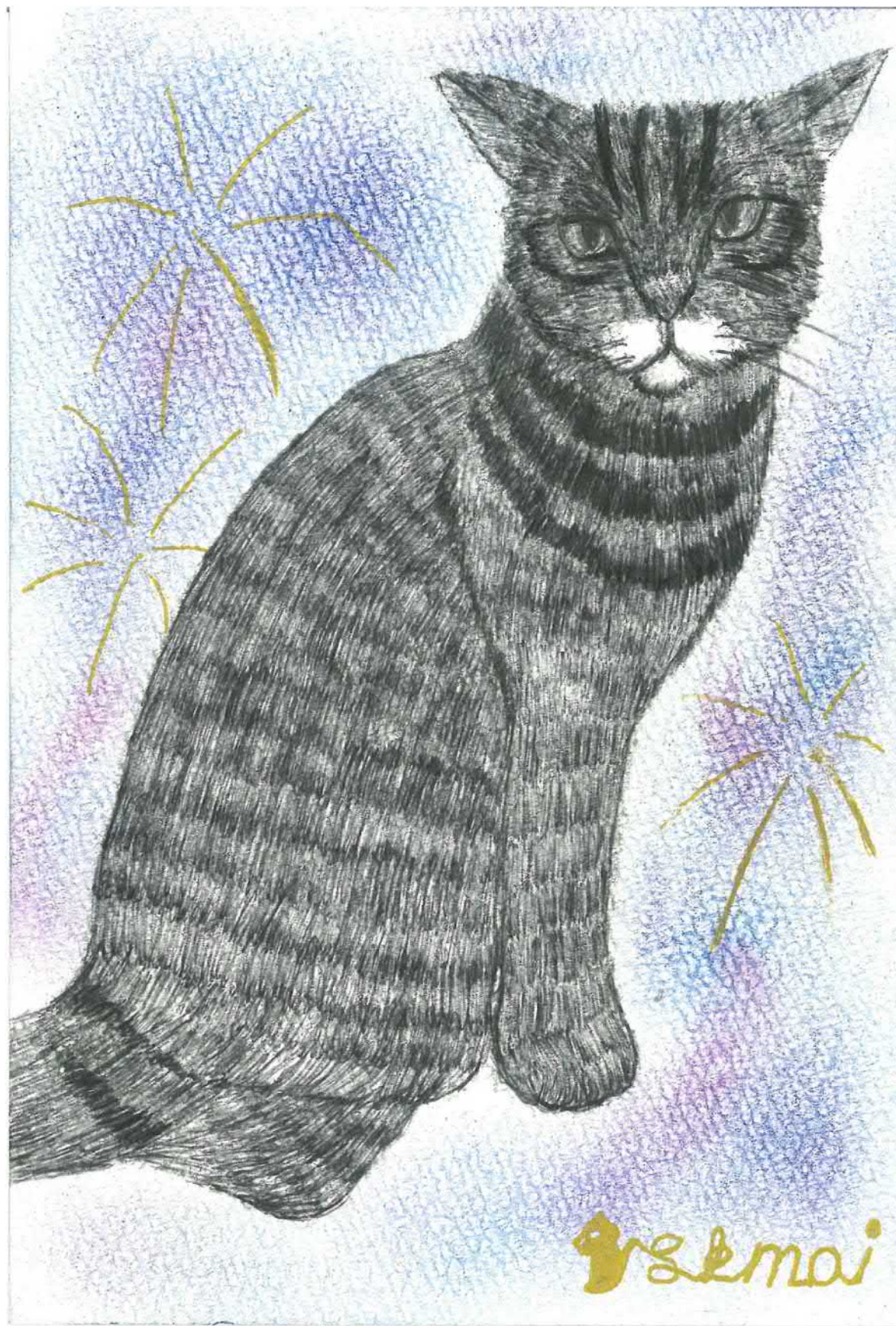
2024年

4月

令和6年

<http://edogawayujinkai.or.jp/>

Instagram: rainbowhouse1111



つ

ぶ

や

ま

皆様 いかがお過ごしでしょうか？

チドンは今、息子の面会とか 母の介護も始まり、忙しい日々を送っています。3月中旬まで杖を使って歩いていた母が神経痛の左足と右手のむくみ、首の痛み等を訴えて、近頃は椅子からなかなか立ち上げれなくなりました。

4月5日からです(手のむくみを見つけたのは6日の朝です)。それまでは何とか自分で立ち上がっていたので、天気の良い日は車イスを借りたりして、母を病院に連れて行ってました。

4月6日、椅子から母を立ち上がらせようとしたのですが、力がないので無理で、たまたま私の弟が有休で居合わせていたもので、持ち上げてもらいました。

立ち上げたら杖を使い、何とか歩けるので彼氏の車で車イスを載せて病院まで行きました。

診察と血液検査、レントゲンを撮ってもらい、写真には石灰が見られるとの事で炎症を起こしているのだとか。

リハビリを受け、薬をもらうまでかなり時間がかかるとの事だったので、母を家に戻して椅子に座らせて、また薬局へ。

12時20分、でも薬が出ないので、弟に連絡して取りに行ってもらいました。

この日は息子の面会が2時にあったので、母のカバンを置きに実家まで行き、すぐに息子の病院まで移動。車と高速道路で何とか間に合いました。

4月1日に熟年相談窓口で介護申請してきたので、紙パンツの取り替えやらシャワーも入れないし、病院に連れて行けるのか不安だったので、一通り終えた夕方に熟年相談所に連絡を入れ、今の状態を話したところ、早めにケアマネさんを探してもらえることになりました。

それまで出来る限りのことをしようと思います。

実家はとても狭く、ポータルトイレとか置けないので不便ですが、慣れない介護を少しずつしていきます。

悠遊舎
トビムシ

Madameの2024年日記③

まだ桜の便りが届いたばかりなのにもうクーラーを使うかどうか悩んでしまう。朝と日中の温度差が10度以上もあり、私たちメンヘラ組にとてつもない辛い毎日が続いている。

1番の悩みは悠遊舎でさえも通所することが出来なくなってしまうことだ。1日中家の中に引きこもってベッドの上でひたすらゴロゴロしている。YouTubeやNetflixも見ててもナンダかつまらず、ただひたすらボーッとして過ごしている。

娘は“入院したら？”としきりに言う……雨の予報がすぐに分かるの

が玉に瑕である。

そんなこんなで自分のペースで作業所も通っている状態だ。まだ通えているからマシなのだがレクリエーションなどもどうでも良くなってしまっている。

昨年もゴールデンウィークにクーラーを付けるのは邪道だと言っていたのにコトしもそうってしまった。

“負けるものか”と思って毎日を過ごしている。

※メンヘラ：メンタルヘルス(心の健康)に問題を抱えている人……ネット上で生まれた言葉とされています。

※Netflix：Netflix(ネットフリックス)の略。映画、ドラマなどをネット上でストリーム再生。

悠遊舎えどがわの非常勤スタッフとしていつも全力で頑張ってくれた“白井”さん。

4月からは大学院へ進まれることになり、とても残念ですが“お別れ会”ではなく、白井さんの前途を祝して、卒業祝い&大学院生になられるお祝いのパーティーを開きました！

当日は別れを惜しむようなイッセイさんのギター演奏から厳かに始まったのですが、白井さんと話したい！一緒に写真を撮りたいという人が多く、最後の最後まで忙しい“白井”さんでした(^_^)



2024年3月18日

新木場バーベキュー

YSGレク

YSGはレクとして3月18日に都立新木場公園で、バーベキューを楽しみました。



都立新木場公園バーベキュー広場 【完全予約制】
江東区新木場2丁目1
最寄駅：JR京葉線・東京メトロ有楽町線・りんかい線
“新木場駅”下車、徒歩10分です

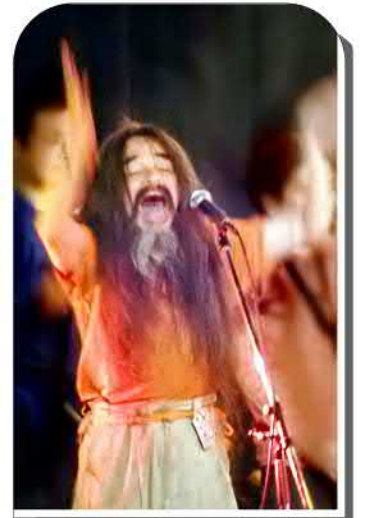
みんなの声

- ・風が強くて大変だった。吹っ飛ばされるので急いで食べた！
- ・紙皿が飛んで顔に当たった。テントが傾いてびっくりした。
- ・お肉が柔らかくておいしかった。夕飯食べられないくらい食べた。
- ・炭の燃え方が風のせいで速かった。風がなければ……天気が良くてよかったのに。
- ・風さえなければ、完璧なBBQだった。食べている焼きそばが、飛んで行った。
- ・とにかくよかった。調味料が(強風で)飛んで行って大変だった！

江戸川狂奏音楽祭 悠歩舎バンド出演

●NPO法人東京ソテリア主催による第1回目の“江戸川狂奏音楽祭”が3月28日に開催されました。会場は小岩駅から歩いて数分、ライブシアターオルフェウスです。

当日はDirty winds (はるえ野)、Healinglights (平井ルミナル)、Press Duck 高校生バンド、悠歩舎バンド(えどがわ悠人会)が素晴らしい演奏を披露して、会場全体が熱気に包まれました。



次ページへ続きます→

江戸川狂奏音楽祭 続き

↓悠歩舎バンドと一体となって踊る皆さん、素晴らしい演奏会でした



↑ヒーリングライツ(社会福祉法人 平井ルミナル)

梅澤さんが参加できなかったのは残念ですが、鈴岡さんが上手にまとめて心のこもった演奏を会場内に届けて下さいました！

【悠遊舎・レインボーハウス・絆】5月予定表

悠遊舎：朝 10 時～夕方 5 時
 第二悠遊舎：朝 10 時～夕方 4 時
 (電話は夕方 3 時半迄)

月	火	水	木	金	土	日
		1 職員作業日	2 夕食会	3	4	5
6	7 船堀駅前販売会	8 音楽の会(仮称) 午後 4 時半～悠遊舎	9 運営会議	10	11 青首あひる	12
13	14	15 整体予定(1)	16 事務局会議	17	18 青首あひる	19
20 カラオケ	21	22 整体予定(2)	23	24 運営委員会 14 時半～ 広報会議～17 時半迄 小松川さくらホール2F 講習室	25 青首あひる	26
27	28 絆 ラップ(wrap)		30	31		

悠歩舎 4 月予定表

お問い合わせ・昼食会のご予約：03-3654-3557 (担当：田中) / 昼食会の電話予約 (留守電も含め) は当日 11 時 15 分まで / 【13 時閉所日】は 10 時半までにご連絡を！

月	火	水	木	金	土	日
1 10:00～17:00 見学 11 時半～12 時半 会計作業：田中	2 10:00～17:00	3 10:00～17:00 事務作業：金子	4 10:00～17:00 休み 年度末作業日	5 10:00～17:00	6 10:00～17:00 青首あひる	7 10:00～17:00
8 10:00～17:00 CC 11 時半～12 時半	9 10:00～14:00 お花見：かいじゅう公園 (南篠崎公園) 合同ミーティング 14 時～ 【悠歩舎&悠とピア】	10 10:00～17:00	11 10:00～15:00	12 10:00～17:00 金銭サポート 11 時頃～ 事務管理 17 時半～	13 10:00～17:00 青首あひる	14 10:00～17:00
15 10:00～17:00	16 10:00～17:00	17 10:00～17:00 悠歩舎運営会議 13 時半～15 時	18 10:00～15:00 事務局会議 16 時半～	19 10:00～12:30 フットサル交流 13～15 時 (パラライズ東陽町)	20 10:00～12:30	21 10:00～12:30
22 10:00～17:00	23 10:00～13:00 運営委員会 14 時半～ 広報会議～17 時半迄 ※小松川さくらホール集會室 2	24 10:00～17:00 休み	25 10:00～13:00 職員ミーティング	26 10:00～12:30 ソフトバレー交流 13～17 時 (中平井コミュニティ会館) 事務管理 17 時半～	27 10:00～12:30 青首あひる	28 10:00～12:30
29 10:00～17:00 休み	30 10:00～12:30 バンド練習 13～16 時 (グリーンハルバスこども音楽室)					

YSG・5 月予定表

開所時間 10:00～16:30 ※木曜は 16 時閉所

月	火	水	木	金	土	日
6 10:00～17:00 休み	7 10:00～17:00 陶芸 カフェ カフェの花壇土作り	8 10:00～17:00 休み	9 10:00～17:00 陶芸 カフェ掃除……午前 ユニフォーム洗濯……午前 カフェちよびミー コットンパール & 革……午後	10 10:00～17:00 陶芸教室……午前 陶芸……午後 カフェ	11 10:00～17:00 陶芸……午前 コットンパール & 革……午前 陶芸教室……午後 カフェ	12 10:00～17:00 休み
13 10:00～17:00 陶芸 カフェ	14 10:00～17:00 陶芸 カフェ 旅行ミーティング……午後	15 10:00～17:00 休み	16 10:00～17:00 陶芸 区役所販売会 カフェ掃除……午前 オレンジカフェ……13 時半～ 15 時 45 分閉所 事務局会議	17 10:00～17:00 陶芸 カフェ	18 10:00～17:00 陶芸……午前 陶芸教室……午後 カフェ	19 10:00～17:00 休み
20 10:00～17:00 陶芸 カフェ	21 10:00～17:00 陶芸 カフェ会議……11 時半～ 洗濯 運営・経営会議……13 時半～ 15 時閉所	22 10:00～17:00 休み	23 10:00～17:00 陶芸 カフェ掃除……午前 ユニフォーム洗濯……午前 カフェちよびミー カフェ練習……午後	24 10:00～17:00 ※運営委員会 14:30～ 小松川さくらホール 2F 講習室 陶芸教室……午前 陶芸……午後 カフェ	25 10:00～17:00 陶芸……午前 コットンパール & 革……午前 陶芸教室……午後 カフェ	26 10:00～17:00 休み
27 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：映画	28 10:00～17:00 陶芸 カフェ カフェの花買い出し……午後	29 10:00～17:00 休み	30 10:00～17:00 陶芸 カフェ掃除……午前 ユニフォーム洗濯……午前 カフェちよびミー 14 時閉所	31 10:00～17:00 陶芸 カフェ		