

講習会に参加 『あなたは薬とどう付き合いますか？』

ウィリング横浜 かるがもの家

12月4日に、上大岡ウィリングにて、舞岡病院の薬剤師、であり、精神福祉士の鈴木先生により、薬について、お話を伺いました。かるがもの家のメンバーからは、次の4つ、質問を受けて、答えて頂きました。

- 1, 個包装してある薬の日持ち期間は？ A, 3か月以内に服用して下さい。
 - 2, 副作用の症状が出た場合の薬の飲み方は？ A, 頓服の場合は、症状が出そうと気付く早めの段階で飲んで下さい。
 - 3, 足首の調子が良くありません。副作用でしょうか？ A, 先生に詳しく症状をお話し、先生から聞いて下さい。
 - 4, 頓服の変わりに、ホットミルクを飲んで、代用しています。頓服を飲む必要がなくなりました。A, 工夫があり、良い対処法です。
- 鈴木先生のお話は、丁寧で、とても分かり易かったです。自分の言葉で素直に主治医の先生と薬について、お話しする事は大事な事と教えて下さいました。必ず、処方通りに、薬を服用し、薬の効き目、効き方を、自分で見直してみして下さい。

記：RK、HI

第49回横浜矯正展に出店しました 11月2日、3日



今年も横浜刑務所で行われる矯正展に参加しました。11月2日は近くのふれあい公園などで区制50周年のイベントが同時開催されたために、沢山の人が出になりました。

かるがも会にとっては、販売の一大イベントであると同時に、会員交流の場でもあり、卒業生の皆さんが集う場にもなっています。

今年はおみれ汁のイワシが不漁で、鶏団子汁でしたが、コーヒーやフランクフルトと両日ともに完売しました。

会費納入状況の報告

団体会員：3団体 一般会員：53名
利用者会員：52名 賛助会員：30名
令和元年12月23日現在

編集後記：今年もいろいろなことがありましたが、何よりも健康でささやかながらも夢を持って過ごせたらいいと思っています。よいお年をお迎えください。(K.O)

感想やご意見などお気軽にお寄せください
E-MAIL jimukyoku@karugamo-npo.jp

ご寄付ありがとうございました♡

令和元年12月23日現在 (到着順)

ご寄付：小後摩節子様、角田華代子様、杉山静枝様、長尾節子様
物 品：(有) 咲間自動車様 (野菜)、水野しのぶ様 (洗剤他)、
庄子榎子様 (食品)、木川富美江様 (野菜)

*ご家庭に未使用のタオルがありましたらご寄付ください

佛教青年会・あいの会・かるがも会合同交流会のお知らせ
今年度はボウリング大会を予定しています。

日程 3月上旬予定 場所 上大岡 赤い風船
詳細はホームページに掲載予定 <http://karugamo-npo.jp>



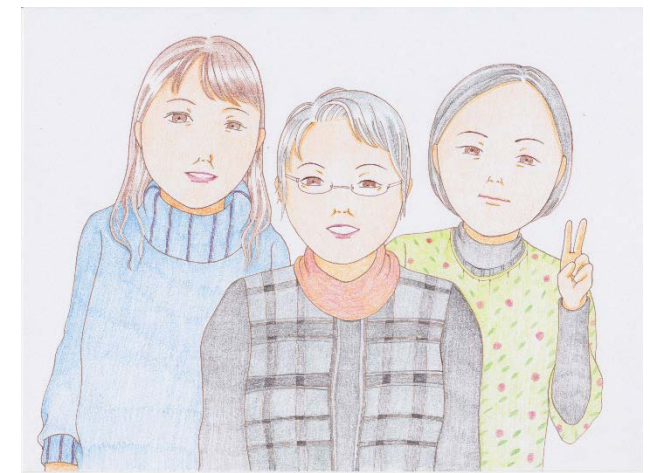
発行日：令和元年12月23日
発行責任者：特定非営利活動法人
このころの健康を考えるかるがも会
理事長 岩崎 恵一郎
横浜市港南区港南台9-28-3
TEL 352-8553 FAX 352-8554
<http://karugamo-npo.jp>

令和元年も、地域みなさんに沢山のご支援をいただきながら、元気に活動することができました。応援して下さいました皆さまありがとうございました。

港南区地区社会福祉協議会 分科会
「障がいについての意見交換会」にパステルが参加しました

12月10日(火) 港南区社会福祉協議会で行われた分科会には、15地区社協会長・事務局長、区役所、ケアプラザ、基幹相談など58名の方々と、私たち障がい当事者(知的・聴覚・発達・精神)が参加して、主に当事者の話を聞いていただきました。

パステルからは、精神障がい者の代表として榎本敬子さんが、そして仲間の内藤暁子さんが応援に駆け付けました。



三人の似顔絵：パステル MI

地域の人達の前で話をしたら、自然と涙がでました。パステルで仕事をしている事や南台町内会でお世話になっている話をしました。「楽しいかい？」と質問され「はい」と答えました。地域の人達との交流と感謝の気持ちを込めて、通所日には外の掃除をしています。が、「こんにちは」と言うと笑って「こんにちは」と挨拶してくれるのが、すごく嬉しいです。地域の人達もパステルの仲間も皆良い人ばかりで私は港南区が大好きです。分科会に参加して改めて地域のたくさんの人達に支えられているのだとわかりました。

榎本敬子

障がい当事者の声を頂いてとても解りやすく納得出来ました。友達が当事者として挨拶をただけで、何故か目頭が熱くなりました。パステルにとっても楽しく仕事している話が伝わってきました。当事者のお話も共感でき、貴重な時間となりました。機会があれば、私も当事者として発信したいと思います。

内藤暁子

パステルは原田会長さんを始め、南台町内会の皆さんに優しく受け入れていただいております、2年前から連合の笹下まつりにもお声掛けいただいております。

また、港南区内の沢山の地域からお弁当注文をいただいておりますが、地域活動者の皆さんとも顔の見える関係が出来たことが嬉しいです。会場には、いつもご注文いただく皆さまがお座りで心強かったです。

お弁当は、一人ひとりのメンバーが持てる力を発揮して、心を込めて作っています。お弁当作りを通して、自分たちも地域活動に参加しているということがわかるようになりました。

私たちは、日々地域の皆さまから、社会に関わって生きる喜びをいただいて、笑いのある生活を送ることが出来ています。そして、何よりも地域の方々に自分から笑顔でごあいさつ出来る自信をいただいております。

職員：内藤千晶