

# かるがも会 だより

vol.84

発行日：令和3元年2月15日

発行責任者：特定非営利活動法人



こ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/>

かるがも会では、「レクリエーション」を生き生き充実した人生を実感するための大切なプログラムと位置づけ、活動を続けてきました。その中で、ON、OFF を切り替えるすべを学び、仲間とともに新しい発見や喜びを実感し、明日への活力を見いだしてこころの健康へとつなげています。

しかし、このコロナ禍で外出の自粛を余儀なくされ、イベントは中止となり、一泊研修旅行をはじめすべてのレクリエーションを控えることになりました。そんな中でも、近くの間所を選び、感染リスクを極力避ける工夫をしながらレクリエーションを実施することが出来ました。

## スカイダックに乗って かるがもの家 令和2年10月29日

みなとみらいから水陸両用バス「スカイダック」に乗りました。コロナ禍が続く中、久しぶりのレクとなりました。天候に恵まれ、さわやかな日差しの中で、密を避けるためにお昼は外で崎陽軒のお弁当を食べました。

早くコロナが収束してみんなでいろいろなところへ行きたい



天気が良くて景色がきれい！久しぶりにみんな楽しんで



スカイダックでは、横浜三塔（ジャック、クィーン、キング）が見え、海上に出ると「海王丸」や「飛鳥Ⅱ」などの大きな船を見ることができました。

インターコンチネンタルホテルの最頂部にあるブロンズの女神像「みちびき」を見ると幸せになれるとガイドさんが案内したのでみんなで探しました。なかなか外出が難しい中で貴重なレクとなりました。メンバー記：F.S、O.A、S.J

## クリスマスイヴの夜景を満喫★ パステル 令和2年12月24日



「クリスマスイヴは夜景を見に行こう！」と急遽、みなとみらいに行くことになりました。新しくなった市役所の前を通り赤レンガ倉庫に行くと、そこはクリスマスにデコレーションされた別世界。ためいきと歓声でみんなうっとりしていました。

寒い中、全員でアイスクリームを食べ、震えながらも極上の笑顔です。「どこか違う世界に来たみたい。」と特別なライトアップで輝いているランドマークタワー、クィーンズスクエアそして色とりどりの観覧車にみとれました。

「一泊研修旅行は夜景の綺麗なところに行きたい。」と心を躍らせて、夜のみなとみらいを夢心地にそれぞれ帰宅の途につきました。





念願の鎌倉散策に行ってきました。まずはメインの目的地、銭洗弁天へ！皆さん手を合わせながらお金や通帳(びっくり)を祈るような気持で洗い、すでに大金が入ったかのように、満足感にひたっていました。その後は源氏山公園組と休憩組にわかれ、それぞれ鎌倉の空気を満喫しました。

今まで鎌倉は気軽にいつでもいける場所でしたが、コロナ禍でなかなかレクリエーションにも行けずいました。改めて「鎌倉はよいところだね!」、「鎌倉を歩き尽したいね!」、「次の鎌倉はどこに行こうか?」と久しぶりのレクリエーションに満面の笑みを浮かべていました。

## グループホームから一人暮らしへ コーポあおぞら・WAWAI コーポ

一人暮らしをするため3名の方が卒業されました。不安な気持ちで卒業を迎えた事と思いますが、一人暮らしをして新しい人生を送ると決心した皆さんの勇気にエールを送りたいと思います。

困った事、不安になってしまう事もあるかと思いますが、今回は一人暮らしに向けて、グループホームにいる時から「自立生活アシスタント」サービスなどの利用手続きをしました。これからも自分の意思を尊重した生活をするために、通所先での支援に加えて、地域でも電話や訪問が受けられます。誰しも困ることや不安なことはありますが、そんな時はまず落ち着いて、自分の力を信じ、自分で出来る事はないかを考えてみてください。生活のリズムを崩す事のないよう、これからの人生を大事にしてくださいと思います。頑張れ(#^\_^#)

今年度、かねてから検討をしていた「男女別棟」を実施することが出来ました。WAWAI コーポは男性棟に、コーポあおぞらは女性棟になりました。現在 WAWAI コーポは空室があり、入居される方を募集中です。



新しい仲間と夕食を囲みます



### ◆お知らせ◆

令和2年10月21日付で「神奈川県指定特定非営利活動法人」の指定を受けました。これを受けて横浜市「認定特定非営利活動法人」の申請を行い、11月14日に書類が受理されました。来年度の認可に向けて審査中です。

### 会費納入状況の報告

団体会員：4団体 一般会員：54名  
利用者会員：53名 賛助会員：40名  
令和3年2月10日現在

編集後記：コロナに気を取られている間に梅の花が満開になっていました。春はすぐそこにやってきました。まだまだ先の見えない状況ですが、当たり前前の日常に戻る日を信じて、根気よく頑張ります！ (O.K)

### ご寄付ありがとうございました♡

令和3年2月10日現在(到着順)

ご寄付：港南台地区社会福祉協議会様、伊藤律様

物 品：若林まつ子様(調味料)、古澤進様(タオル)、  
(株)高森様(次亜塩素酸消毒水、アルコール消毒液)、  
(有)咲間自動車様(三浦野菜 大根、キャベツ)、  
庄子槇子様(食材)、佐々木いずみ様(菓子材料)、  
善意銀行・港南区社会福祉協議会様(非常食、調味料)、  
小田久子様(野菜苗、ゆず)、吉野巖様(菓子)、  
皆川淳一様(みかん、りんご)

\*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

感想やお便りをお待ちしています

事務局メールアドレス jimukyoku@karugamo-npo.jp