



“さくらの会”便り

発行責任者
 会長 山本静子
 編集責任者
 事務局長 上原 栄
 TEL.0773-22-7859

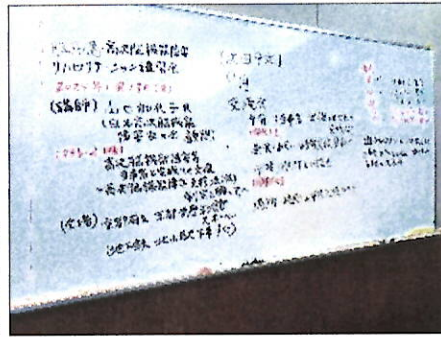
ーリラックスできて、はげまし合うところ、勇気を与えられるところー

第1回 交流会 活発な意見が次々と 当事者 午後は楽しいゲームで

令和6年の第1回さくらの会交流会は、7月28日10時から綾部市保健福祉センターで11名の参加で開かれました。

交流会は、水谷さんの司会で進められ、出た意見をホワイトボードに書くことで参加者皆さんが話に集中することができました。

当事者からは当事者だけが集まって話したり、遊んだりしたい。当事者同士が喋って楽しい時間を作りたい。



交流会の進め方として、前半は当事者と家族別れて話す。後半は当事者・家族が一緒になって交流するなど、活発な意見が出ました。

午後からは、参加者で交流後、当

事者はゲームをして楽しみました。家族は、病院や制度の事など多岐にわたり、時間がたつのも忘れるほど話が出ました。

参加者の感想 打ち解けた雰囲気

坂本由美

前回の定期総会から初めての交流会でした硬い話し合いではなく自由に質問や話しが広がるような時もあり、打ち解けた雰囲気良かったと思います

少し気になったのは家族としての悩みや困った事、愚痴っぽい話しは当事者の方からすれば、自分の事を言われているようで聞きたく無い、嫌な気持

になっておられるのでは？と初めて感じました。そういう話しは家族同志で話して欲しいという声があった。

近況報告と悩みや困った事は別の時間にしたい方がいいのでは？と思いました。

後半、家族と当事者に別れて話しをした時は少人数でしたが、次々と話しが発展して時間が足りないくらいでした。

次回もより良い会になればと思います。



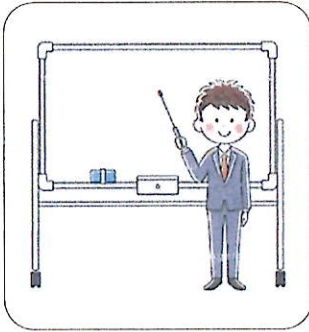
(次ページへ)

参加者の感想 楽しい交流会

水谷 剛志

今年度（令和6年度）初めての《交流会》という事で、どんな感じで進めていくのだろう・・・？という多少の不安を持っていました。

今までは、上原さんの司会進行で始まっていたのですが、既に司会進行をする人の席に私の名札が置かれてあったので、『なるほど』と思い、『他の役員の方々と協力しながら進めていくんだな』と理解する事が出来ました。



今までと同じ様な流れで、近況報告をして貰う中で、私なりに《もう少し聞き出せる様に質問したりして》違う形を作れたのかな？と感じ

ました。

当事者は当事者同士、家族は家族同士に分かれて、それぞれのフィールド（土俵）で話をする中で

【情報の収集や提供】そして何よりも【共感し合える】という事に大きな意味がある

ふと考えるてしまう。「Y」

る頃にはこの地球は？ など

とか？ 孫やひ孫が大きくな

ます。来年の夏はどうなるこ

▼地球の温暖化がいわれてい

がやっつとでした。

のに今年、家族が食べるの

分けできるほど、収穫できる

参も硬い。いつもならおすそ

不足で、キュウリにナス・人

▼今年の夏は、暑かった！水

【編集後記】

んだなと感じました。

これからの交流会は、【当事者・家族のみんな】で一緒に作る《楽しい交流会》にしていけると良いなと思いました。

参加者の感想 ホワイトボードの語で

上原保子

交流会の前に、夫の榮が『レジメを作らな』と言ったので『ちょっと待って。総会の時、水谷さんがホワイトボードに意見を書いてもらって、みんなが集中したから、レジメはやめてフリーにしたら』と言いました。

今回も、水谷さんにホワイトボードに意見を書いてもらって、話が集中できてよかった。

失敗しても、何でもチャレンジしてみることは良い事だと思った。

冷房の部屋でも熱中症になった

八月も下旬に入ったある日、無茶苦茶に暑い！冷房の効いた部屋で家事をしていただけなのに、夜、寝る前になって左脇腹が少し痛みが。翌朝激痛が！トイレに行くのも大変な状況に。頭痛などはなし。筋肉痛かと思って整形外科に行くと、なんと熱中症の宣告を受けた。

先生いわく「室内の冷房を24度程度にして、水分を十分取って。」経口補水液“オーエスワン”を飲むのが良い”など指導を受けた。

24度にすると寒いくらい。

年を重ねると、冷房の部屋にいても危ない今年の暑さです。

上原保子