



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。

総会のお知らせ

●NPO法人えどがわ悠人会の通常総会が下記の日時・会場で
行われます。運営委員の皆さまは是非ご参加下さいませ。

※運営委員の資格手続きは、当日会場でも行っております。総
会に参加ご希望の方は受付にお申し出ください。

日時: 2023年6月17日(土) 午後2~4時
※受付開始は午後1時半~

会場: グリーンパレス本館2階“千歳・芙蓉の間”

【議案一覧】

- 第1号議案: 2022年度活動報告及び決算報告承認の件
- 第2号議案: 会計監査報告承認の件
- 第3号議案: 2023年度活動計画(案)及び予算(案)承認の件
- 第4号議案: 役員改選(案)承認の件

■サボ展会議のお知らせ

6月13日(火) 午後3時から“悠歩舎”で開催いたします。

■映像ワークショップのお知らせ

6月22日(月) 午後4時から“アクティビティサポートセンター ゆい”で開催致します。

■運営委員会&広報会議のお知らせ

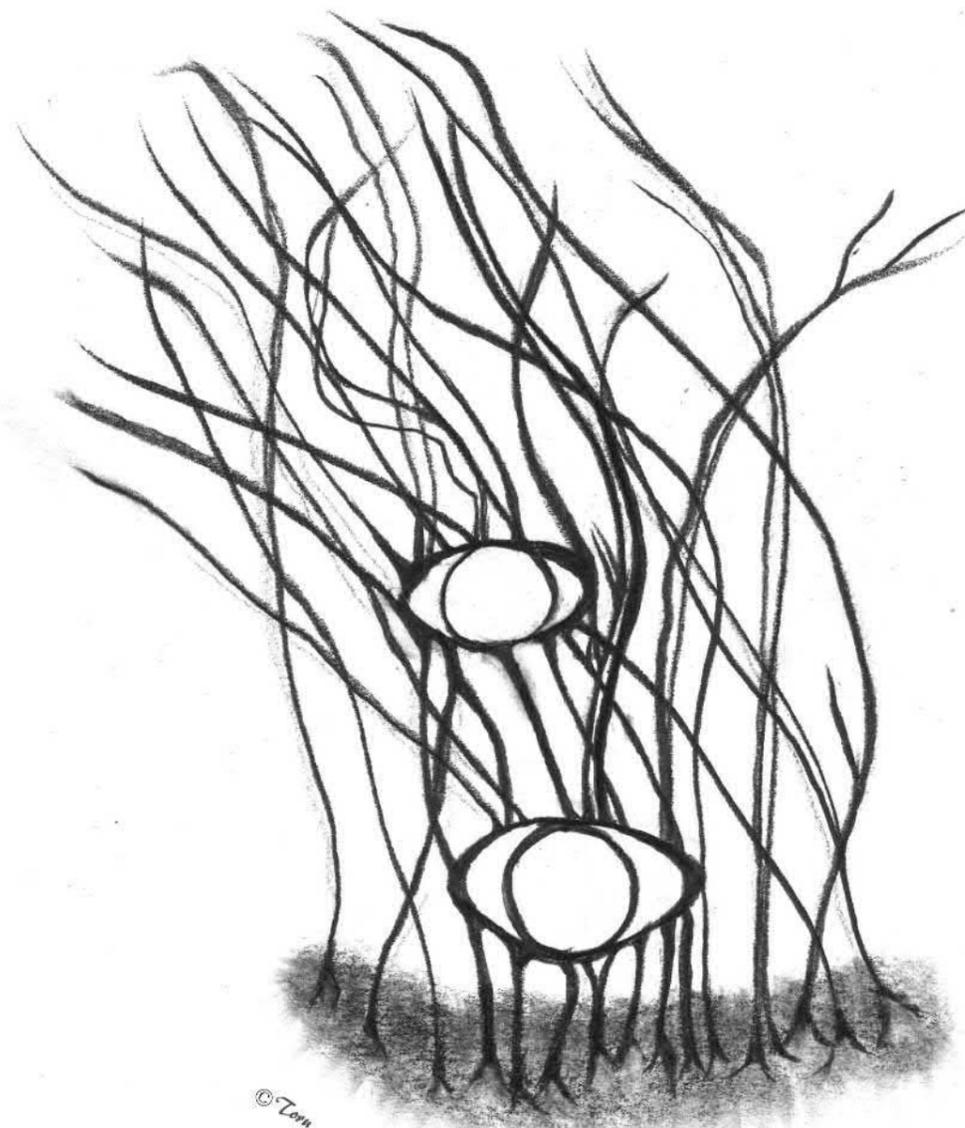
運営委員会&広報会議は6月26日(月) 午後2時半から“小松川さくらホール”2階の和室で開催致します。

遊歩道

遊歩道 YouHODO 第104号 / 2023年6月2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

えどがわ悠人会 合同レク

P6~7



2023年

6月

令和5年

◆えどがわ悠人会・6月予定表◆

9P: 悠遊舎、10P: 悠歩舎、11P: YSG

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

Instagram: rainbowhouse1111



佐々木 賢太郎

チドンのつぶやき

こんにちは、チドンです。

また、最近本を読み始めました。節約本です。暖かくなってきましたから、寒い冬は布団の中でYouTubeの節約やらミニマリストやらを見ていました。

私の国民年金の資産は2か月で7千円です。

子育ての中、パートで仕事をしてきましたし、シングルマザーで国民年金まではまわらなかったです。

何とか、生活や貯金をしています。1万7千円近い国民年金の支払いはきついです。

月、いま10万円ぐらいで生活しています。

携帯電話、国民健康保険、医療費(これが一番かかる)、自治会費もろもろを合わせると大体10万円です。

今現在息子と二人暮らし。

息子は私よりも精神疾患が悪いため仕事はしていません。

息子の小遣いは精神手帳2級なので障害基礎年金から出しています。

貯金はあっても万一を考えると使えません。

そこで節約しながら長期間の生活をしようとしています。

何でそんなにケチケチしているの？ って聞かれそうですよね。息子がいつ入院(以前から何度も入院しています)するか分からないし、高齢の母の事もあるからです。

それに節約は結構楽しいですが、自炊はしていません。

片付けや洗濯はできて掃除はなかなか出来ないのに、自炊まで手がまわらないのとやる気が出ないです。

年に数回やればいい方です。

息子は怒らないのでお弁当やそうざいを買って来ていますね。

最後は開き直りです(笑)。

では、また。

悠遊舎 チドン

Madameの2023年日記④

季節というものはこうも目まぐるしく変わるものだったのかと……ここ1週間の気温の温度差に悲鳴をあげていない人などいないだろう……みんなどこかしら体調を崩している。当然のように雨の日などは通所するのも億劫になる。それどころか通院さえもが面倒になってくる。

ところで“気圧の変化”という言葉が私たち患者の人たち以外、一般の人たちの間でも普通の会話の中で使われるようになったのはここ数年のことかと思われる。

自分のモチベーションを上げるためにあの手この手を使ってみるが、あまり良い成果が得られない。

けれど、落ち込んでばかりもいられないので、こんな時こそ様々なレクリエーションや会議などにも顔を出してみる。でもスポーツ系では、すぐに疲れて1ゲームをこなすのがやっと、会議は出席してから“なんで、こんな会議に参加したのだろうか？”と後悔するばかりである(笑)。

去年のこの時期はどうやって乗り越えたのか、それすら忘れてしまっているのだから“しょうがないなあ”と感じる今日この頃です。

皆さんもどうかお身体を大切にしてください。では、また来月！

(5月25日)



5月と言えば「鯉のぼり」
スマホを片手に
撮ってみました

撮影: Madame



合同レク

えどがわ悠人会
4月21日(金)

悠遊舎えどがわ、第二悠遊舎えどがわ、悠歩舎、YSG、悠とピアの合同旅行がやっと実現しました。以前から企画されていましたが、コロナ禍のため、延期状態が続き、数年ぶりの合同旅行です。当日は観光バス2台で参加者は62名、東京豊

洲で昼食をした後はチームラボプラネッツで色々な体験をしました……車椅子の方では、チームラボの見学・体験は厳しいとのこと、そなエリア東京(防災体験学習ツアー)へ向かわれました。天候にも恵まれ笑顔で楽しい1日を過ごされました。



集合写真は失敗しました、ごめんなさい！写真を保存するメモリーが壊れてしまい、全員で写っている映像が破損して再現できませんでした。お詫び致します。



昼食は豊洲でのバイキング。美味しかったという人と、自分で作った方がもっと美味しくできる、と感想が分かれました。



■チームラボプラネッツ

豊洲六丁目にあるデジタル技術を駆使したアート施設とのことで、行ってきました。“すごく面白い、楽しめた！”という人と“つまらない、自然との触れ合いの方がよっぽどいい”という人に分かれました。それにしても、ほとんど外国人の方ばかりで、ちょっと驚きました。



楽器を持ったヘンな人がいました、と流したいところですが(^_^) えどがわ悠人会代表の“大井”です。



←車椅子の方は、防災体験学習施設“そなエリア東京”へと向かいました。

映像ワークショップ

映像ワークショップを開催します。

映像ワークショップの目的とは—

- 🌈 病気や障がいをお持ちの方々が、自由楽しく、動画による表現をSNSなどでできるようになること。
- 🌈 ワークショップとしての短い作品を創って発表すること。
- 🌈 ワークショップ自体が「表現の喜びの場」となり、病気や障がいをお持ちの方々をはじめとして、ボランティアやスタッフも楽しむこと。

映像ワークショップの日程

開催場所と時間は随時お知らせいたします。

- 第1回目の開催場所：アクティビティサポートセンター ゆい
- 開催時刻：午後4時～5時半(6月22日)

- ① 6月22日(木)
- ② 7月20日(木)
- ③ 8月3日(木)
- ④ 8月17日(木)
- ⑤ 9月7日(木)
- ⑥ 9月21日(木)
- ⑦ 10月5日(木)
- ⑧ 10月19日(木)
- ⑨ 11月2日(木)
- ⑩ 11月16日(木)

● アクティビティサポートセンター ゆい

JR 総武本線・平井駅北口から徒歩1分
江戸川区平井5丁目14-10 協和物産平井駅前ビル3階

- 受講ご希望の方は、所定の申込用紙にご記入の上、担当者へお渡し下さい……申込者が多数の場合は、残念ですがお断りさせて頂くこともあります、ご了承下さいませ(´_`)

主催：サボ展実行委員会 (NPO法人 えどがわ悠人会)
共催：り mix studio とら / 講師：佐藤 慶之助、黒澤 英明 (敬称略)

【悠遊舎・レインボーハウス・絆】6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
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
卓球 14～16時 (小松川区民館)	サボ展会議 15時～ (悠歩舎)	職員作業日	古代生活	古代生活	2階千歳・美器 グリーンパレス 総会 午後2時～	青首あひる
19	20	21	22	23	24	25
カラオケ	潮干狩り	プチ・夏至パーティ (100円会費) 整体	誕生日会 映像ワークショップ		青首あひる	
26	27	28	29	30		
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		麻雀	しまむら	中期計画の会 15時～悠遊舎		

悠歩舎6月予定表

月	火	水	木	金	土	日
			1 10:00～17:00 面談 12～13時	2 10:00～17:00 悠とピア振り返り 15～16時	3 10:00～17:00 青首あひる	4 青首あひる
5 10:00～17:00 総会会場打ち合わせ 14時～ 運び手伝い 18時半～	6 10:00～17:00	7 10:00～17:00	8 10:00～17:00	9 10:00～13:00 ソフトバレー交流 14～17時 事務管理 17時半～	10 10:00～13:00 青首あひる	11 青首あひる
12 10:00～17:00 CC 11時半～12時半 お手伝い 14時半～15時半	13 10:00～17:00 サボ展会議 15～16時半 悠歩舎	14 10:00～17:00	15 10:00～15:00 事務局会議 16時半～	16 10:00～17:00 金銭サポート 10～11時 事務管理 17時半～	17 10:00～17:00 グリーンパレス 2階 千歳・菜香 総会午後2時～	18 総会午後2時～
19 10:00～13:00 バンド練習 14～17時 (グリーンパレス新館4階)	20 10:00～17:00 二モ会議 12時半～15時半	21 10:00～17:00	22 10:00～17:00	23 10:00～13:00 職員ミーティング 13～16時 事務管理 17時半～	24 10:00～13:00 青首あひる	25 青首あひる
26 10:00～13:00 運営委員会 14時半～ 広報会議～17時迄 ※小松川さくらホール(2階和室) 悠とピアSV会議 18時～	27 10:00～17:00 悠歩舎運営会議 13時半～15時	28 10:00～17:00	29 10:00～17:00	30 10:00～17:00 中期計画を考える会 15時～ (悠遊舎えどがわ)		

YSG・6月予定表

【陶芸担当】月：望月／火：室町／木・金・土：若林

開所時間 10:00～16:30 (土の夢は16時～留守電)

月	火	水	木	金	土	日
			1 陶芸 カフェ掃除………午前 ユニフォーム洗濯………午前 カフェ練習(リペア)………午後	2 陶芸 カフェ	3 陶芸会議………午前 陶芸教室………午後 カフェ 卓球(松コミ) 13～14時	4 休み
5 陶芸 カフェ レク：映画	6 陶芸 カフェ	7 休み	8 陶芸 カフェ掃除………午前 ユニフォーム洗濯………午前 お菓子試作(7月)………午後	9 陶芸教室………午前 陶芸………午後 カフェ	10 陶芸………午前 コットンパール&革………午前 陶芸教室………午後 カフェ	11 休み
12 陶芸 カフェ	13 陶芸 カフェ	14 休み	15 陶芸 カフェ掃除………午前 オレンジカフェ………13時半～ 15時45分閉所 16時半～事務局会議	16 陶芸 カフェ休み ユニフォーム洗濯 旅行ミーティング………午後	17 ※総会………14時～ (グリーンパレス) 陶芸………午前 陶芸教室………午後 カフェ休み 13時閉所	18 休み
19 陶芸 カフェ レク：ダーツ	20 カフェ会議………11時半～ 運営・経営会議………13時半～ 15時閉所	21 休み	22 陶芸 カフェ掃除………午前 ユニフォーム洗濯………午前 お菓子仕込み	23 陶芸教室………午前 陶芸………午後 カフェ(お菓子販売)	24 陶芸………午前 コットンパール&革………午前 陶芸教室………午後 カフェ(お菓子販売)	25 休み
26 ※運営委員会 14:30～ 広報会議 (小松川さくらホール) 陶芸 カフェ 14時閉所	27 陶芸 カフェ	28 休み	29 陶芸 カフェ掃除………午前 ユニフォーム洗濯………午前 14時閉所(スタッフ作業日)	30 陶芸 カフェ		

カフェの営業時間 11:30～15:30 ※ラストオーダー 15:00