



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

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。

サボ展会議

● 来年の11月に開催を予定していたサボ展ですが、残念なことにタワーホール側の都合により来年の11月は会場がつかえなくなり、現時点では来年12月への延期を考えています……タワーホール船堀の1階、展示ホール1か2を7日間借りて、5日間の開催(搬入・展示・後片付けで2日間)を予定しています。

● 10月14日(金)悠遊舎でサボ展会議が行われました。サボ展というと、どうしても美術展みたいにとらえてる方々が多いので、そのあたりを何とか“私たち、みんなのサボ展”とイメージできたら、難しく考えずに自由な発想で作ってあげていけたらと願っています。そのためにはどんな伝え方をしたら良いのか？

どなど色んな意見交換ができた有意義な会議でした。たとえば“あなた自身が表現者です”“それを見えるのがサボ展!”等々(^\_^)

ですから“絵や詩をかいて、それを作品とするのもいいですし、それとは別に歌ってもいいし、踊ってもいいし、スピーチをして自分というものを表現するのもサボ展です”ね。

ともあれ、まだ開催には1年以上の日にちががありますので、各所で気軽に話し合って頂けたらありがたいです。

今回のサボ展会議は11月4日(金)午後3時から、会場は悠遊舎えどがわです、ぜひお越し下さい。

■ 運営委員会&広報会議のお知らせ

• 運営委員会&広報会議は10月24日(月)午後2時半から、会場は小松川さくらホールの和室です。皆様のご参加、お待ちしております。

遊歩道

遊歩道 YouHODO 第99号 / 2022年10月14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

花火大会!

P6~7



2022年

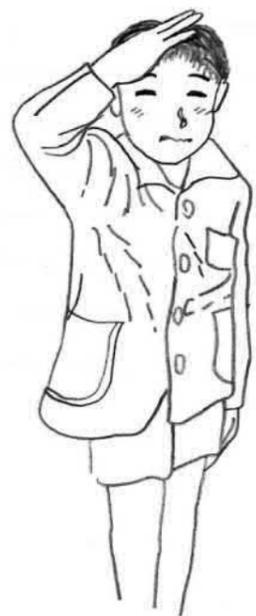
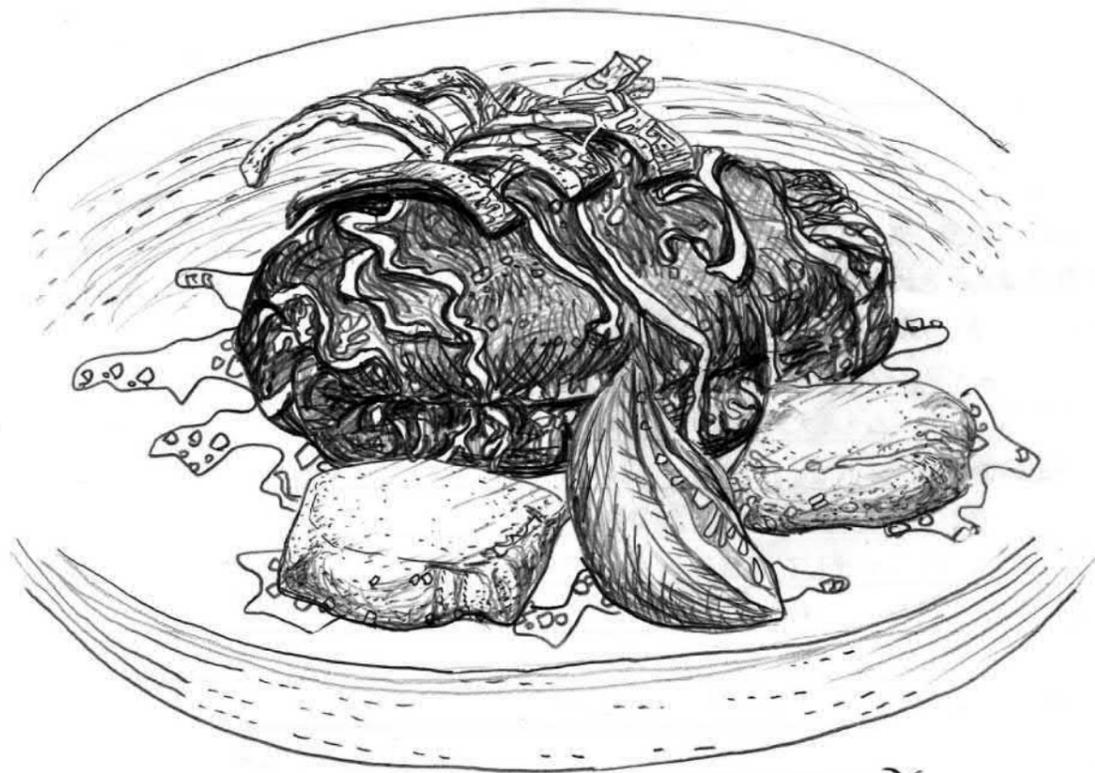
10月

令和4年

◆えどがわ悠人会・10月予定表◆

9P: 悠遊舎、10P: 悠歩舎、11P: YSG

ホームページは現在メンテナンス中で  
内容が更新されておられません。  
ご迷惑をお掛けしますが、今しばらくお待ち下さい



贅・  
沢・



# ひきこもり

家でひきこもっていたら体力がなくなる  
フラフラしてバランス感覚が悪くなって腰が痛くなる  
あれもこれもしたくなくなる  
ひきこもりは最悪のパターン  
社会から離れていく

自分の世界がぐるぐる回ってる しかも悪い感情が  
嫌な思い出とかトラウマになって 真っ暗なトンネルにいるような、  
明かりが見えないような、  
人に会うのも怖い

人からだんだん離れていって、現実からも離れていくような、  
自己中心的で困ったときだけ  
会いに来るような

経験者でないと痛みがわからない

要は誰にも会いたくなくなったり

過去の嫌なことを ひきだしからまたひっぱりだして もがき苦しむ  
何もできないんだけど

あの時どうにかすれば上手くいったんじゃないか とかの繰り返し

いい思い出もあると思うけど それはでてこない

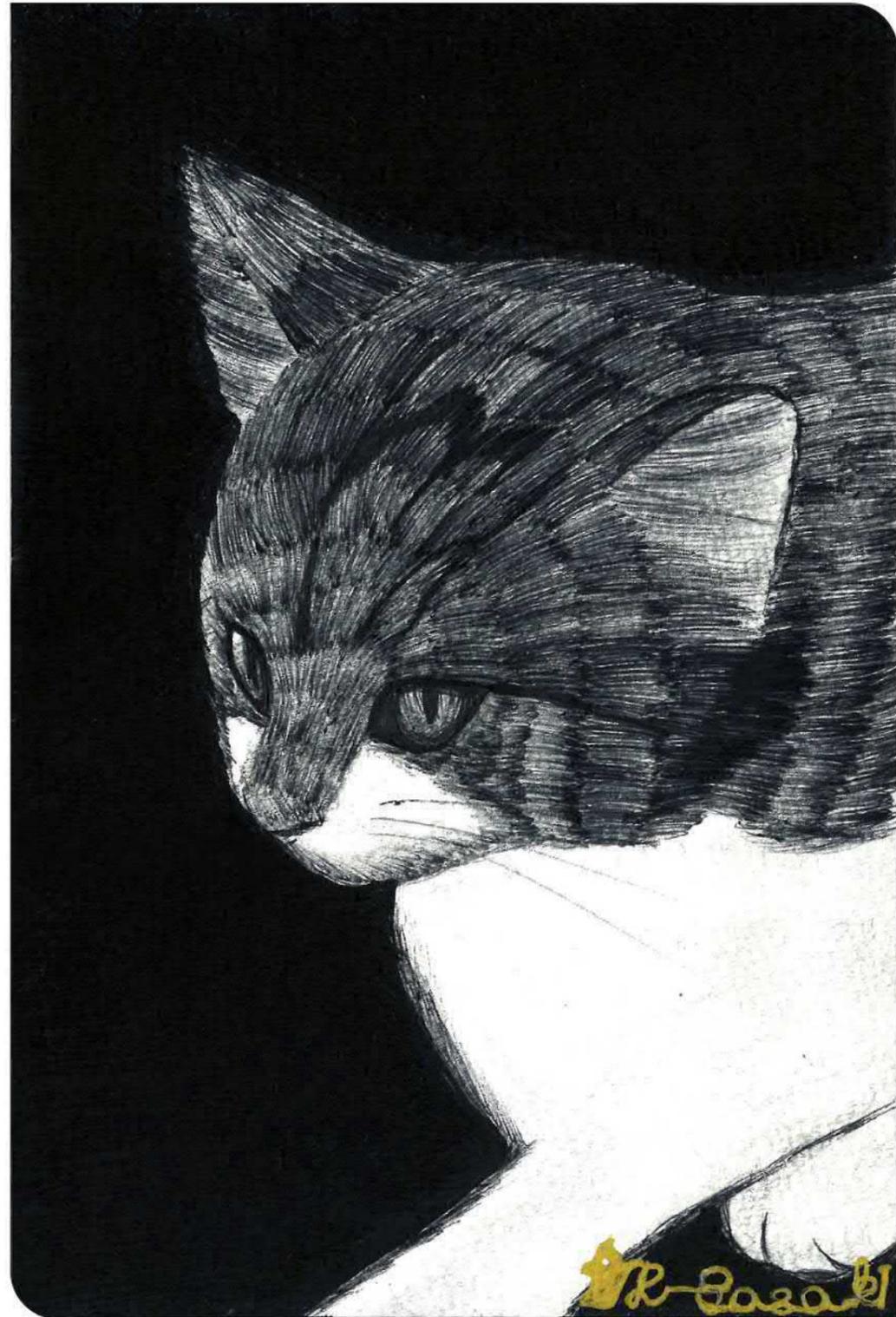
死ぬまではいかないけれど 死んでるような感じのところはある

苦しくても外に出ないと

けっきょく生活できる状態にならない

1人だと限界がくる

投稿の広場



佐々木 賢太郎

投稿の広場

# Madame の 2022年 入院日記 ④

暦の上ではとっくに秋なのに、  
まだまだ暑い日が続いています。

通院するにも1日がかかりで、私  
のような臓器不全の者は通院も又一  
仕事となります。

病院で半日、薬局で薬をもらうの  
にも半日。それはもう大仕事なの  
です。

通院するにはもちろん電車やバ  
スなどの公共交通機関を利用しな  
ければいけません。

ですが、病気を治すのに病気(コ  
ロナ)にかかりに行くリスクを伴う

覚悟で通院しています。これは本  
当に本末転倒な話しです。

何か不満ばかりを書いてしまって  
すみません。

これからの季節は食欲の秋!!  
美味しい果物の季節が到来します。  
私達の作業所でも毎年恒例の梨狩  
りのレクリエーションが決まりま  
した。

と言っても私はいつも皆が採った  
梨を剥く係で、食べられないのが  
残念だけど(^\_^) …………… 9月7日

大人気の編みモモ クリップ  
2回目のご紹介です!



# 花火大会

8月26日(金)

■恒例となった花火大会……悠遊舎、第二悠遊舎の合同で参加者も13名、今年も楽しく開催できました。

## 【みんなの声】

- いやー、楽しかったです……来年はもっと派手にやりたいと思います。
- 家の前の庭などで花火はやってましたが、こういう広い場所でみんなと一緒に花火ができて良かったです。
- 何か今日は疲れていて……でも楽しかった！
- 今年も皆さんのお手伝いが出て良かったです。
- 楽しかった、来年もぜひ参加したいです。また、誘って下さい。



みんなが楽しめるようにと  
花火を選び分ける稲葉さん



まだ明るいので、花火が始まるまでは退屈ですね



## 【みんなの声】

- 疲れた、人生は終わった、これからは爆竹のヤマチャンと呼んでくれ。
- 去年も参加したけど、みんなで気軽に集まって楽しめる花火は最高。もう少し派手な花火があれば、でもこれ以上は無理かな……。
- 大変楽しかったです。Sさんが良かったです。光と影のコントラストが良かったです。
- 雨が心配でしたけど、何とか無事に花火ができて、これも日頃の行いがいいからかな(^\_^)



## 孤独って何だろう？

一人離れた場所で、黙々とロケット花火を打ち上げるヤマちゃん  
孤独をかみしめるのもいいけど、買って来たロケット花火全部を、  
一人で打ち上げやがって！  
ということで来年、ロケット花火は買わないことに決めました(^\_^)





Y.A.

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)

### 【悠遊舎・レインボーハウス・絆】10月予定表

月	火	水	木	金	土	日
3	4 運営会議	5 職員作業日 14 時閉所	6 中期計画を考える会 14 時～悠遊舎	7	8	9
10	11	12	13	14 サボ展会議 午後 3 時～悠遊舎 事務局会議	15 青首あひる	16
17	18 絆 ラップ (wrap)	19 交流広場 13 時半～ すみだ産業会館 9 階会議室 合同ソフトバレー等	20	21	22 青首あひる	23
24 運営委員会 14 時半～ 広報会議～17 時迄 ※小松川さくらホール	25 麻雀大会	26 整体候補日	27	28 小運動会 (区民ホール)	29 青首あひる	30
31						

コロナ対応のため、電話・相談対応の時間帯は  
朝 10 時 10 分以降にお願いします！

## 悠歩舎 10 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 / 【12 時間所日】は 10 時半までにご連絡を！

月	火	水	木	金	土	日
<b>3</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：亀戸クロック	<b>4</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ 園芸部：買い出し	<b>5</b> 10:00～17:00 バドミントン 14 時半～16 時半 松江プラザ	<b>6</b> 10:00～17:00 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 カフェ試作&練習	<b>7</b> 10:00～17:00 カフェ (お菓子販売) 陶芸教室……………午前 陶芸……………午前 コットンパール……………午前 陶芸教室……………午後	<b>8</b> 10:00～17:00 カフェ (お菓子販売) 陶芸……………午前 コットンパール……………午前 陶芸教室……………午後	<b>9</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>10</b> 休み	<b>11</b> 10:00～17:00	<b>12</b> 10:00～17:00	<b>13</b> 10:00～17:00 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 カフェ試作&練習	<b>14</b> 10:00～13:00 職員ミーティング 13 時半～	<b>15</b> 10:00～15:30 サボ展会議 15 時～悠歩舎 事務局会議 16 時半～	<b>16</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>17</b> 10:00～17:00 金銭サポート 16～17 時	<b>18</b> 10:00～17:00	<b>19</b> 10:00～17:00 交流広場 13 時半～ すみだ産業会館 9 階会議室	<b>20</b> 10:00～17:00 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 カフェ試作&練習	<b>21</b> 10:00～17:00 バーベキュー 10～17 時 若洲海浜公園	<b>22</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング	<b>23</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>24</b> 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	<b>25</b> 10:00～17:00	<b>26</b> 10:00～17:00	<b>27</b> 10:00～17:00	<b>28</b> 10:00～17:00 悠歩舎運営会議 13 時半～15 時	<b>29</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング	<b>30</b> 10:00～17:00 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>31</b> 10:00～17:00						

## YSG・10 月予定表

開所時間 10:00～16:00 【コロナ状況によっては時間変更します】

月	火	水	木	金	土	日
<b>3</b> 陶芸 カフェ レク：亀戸クロック	<b>4</b> 陶芸 カフェ 園芸部：買い出し	<b>5</b> 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 カフェ試作&練習	<b>6</b> 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 カフェ試作&練習	<b>7</b> 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 カフェ試作&練習	<b>8</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング	<b>9</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>10</b> 休み	<b>11</b> 陶芸 カフェ 卓球 12～13 時	<b>12</b> 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 カフェ試作&練習	<b>13</b> 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 カフェ試作&練習	<b>14</b> 陶芸 カフェ 16 時間所 事務局会議 16 時半～	<b>15</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング	<b>16</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>17</b> 陶芸 カフェ	<b>18</b> 陶芸 カフェ ソフトボール (高架下) ……午後	<b>19</b> 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 カフェ試作&練習	<b>20</b> 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 カフェ試作&練習	<b>21</b> 陶芸 カフェ 16 時間所 事務局会議 16 時半～	<b>22</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング	<b>23</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>24</b> 陶芸 カフェ ※運営委員会 14:30～ 広報会議 (小松川さくらホール)	<b>25</b> 陶芸 カフェ ソフトボール (高架下) ……午後	<b>26</b> 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 カフェ試作&練習	<b>27</b> 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 カフェ試作&練習	<b>28</b> 陶芸 カフェ 16 時間所 事務局会議 16 時半～	<b>29</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング	<b>30</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング
<b>31</b> 陶芸 カフェ レク：筑波山ハイキング						

※ カフェの営業時間 ↓

11:30～16:00  
ラストオーダーは 15:30