

～につぼりんぐスタッフひとり一人が メッセージを贈ります～

■近藤 精神保健福祉士のメッセージ

新型コロナウイルスの影響により、オレンジカフェにつぼりんぐは、活動自粛の状況が続いています。カフェを運営するスタッフの一人として今後の活動をどうしていくべきか日々考えています。毎月、カフェでみなさんと楽しい時間を過ごすことが、私自身の生きる活力になっていました。そんな大切な時間が長期に渡って失われていることは、とても辛い気持ちです。

一方で、これから冬になると新型コロナウイルスとインフルエンザが同時に流行する状態が心配だという意見が一部の専門家から出ています。そうした背景を踏まえた上で、多人数が集うオレンジカフェにつぼりんぐの活動については、今年の12月末まで自粛したいと思います。

自粛期間は、臨時の代替活動として30分1組限定の認知症当事者・家族を対象とした個別相談会を開催します。(別途案内チラシ参照)

当相談会に参加ご希望の方は、電話(Tel03-5615-3020)にてご予約をお取りください。

感染拡大が落ち着いた際は、ソーシャルディスタンスをしっかりと講じた上で、平成29年5月から毎月続けてきた、皆が賑やかに集うにつぼりんぐの活動を再開したいと思っています。

それまでの間、今まで参加してくださった方々、これから新たに参加を検討されている方へ、につぼりんぐスタッフからのメッセージを「ニュースレター」という形にしてお届けする運びとなりました。日本では昔から「禍(わざわい)転じて福となす」と言いますので、コロナ禍を乗り越え、みんなで安心して笑顔になれる日々をつくらせていきたいと思っています。

■金澤 看護師のメッセージ

皆さま、お久しぶりでございます。看護師の金澤です。

コロナで様々な事に対する自粛が続いておりますが、足腰や心の健康のためにも手洗い、消毒、マスクなどの感染対策をしっかりとって少しずつ活動と笑顔を増やしていきましょう！

私は運動不足とストレス解消のために、自転車通勤を始めました。朝の空気が気持ちいいです。

感染対策や健康管理でご相談があれば、お気軽にお声掛けください。

■徳永 臨床心理士のメッセージ

昔、浅草に松竹歌劇団というとても人気の歌劇団があったんだよ、とお聞きしました。川路龍子さん、小月冴子さん、水の江瀧子さんと名前を聞いて、うっとりしてしまうようなお綺麗な男装の写真をたくさん見つけました。きらびやかな浅草国際劇場のショーの写真をみると、今のコロナ自粛の中で講演や劇場の活動が止まってしまったことを思わずにはいられませんでした。心の娯楽を忘れずに、そして私たちの楽しい活動が戻りますように…。



■梅津 精神保健福祉士のメッセージ

皆様、いかがお過ごしでしょうか？精神保健福祉士、梅津です。
コロナウィルスの影響を受け、しばらくお会いできていませんので存在感の薄い私は忘れさられてしまったのではないかと心配です。
「コロナうつ」という言葉もありますが、様々な楽しみが奪われてしまう中、気分転換の大切さを痛感しております。私自身は運動が一番と考えており、ストレッチや屋内クライミングをして気を紛らわしています。
また、季節柄、朝の光も澄んできて、それを眺めるのも最近は楽しく感じます。大変な時期が続いていますが、これからも小さな楽しみを見つけていけたら、と思います。

■有田 音楽療法士のメッセージ

2020年は、日常の普通のこととがどんなに有難いことだったか、を改めて知る年になりました。歌うことを含めての音楽活動は敬遠され、自粛が続いています。でも形を変えて楽しむことができるのかも知れませんね。
ご無沙汰している間に季節は変わり、10月になりました。そこで秋を感じるクイズを用意しました。いかがでしょうか。

秋を感じるクイズ

問題1 栗の花言葉は何でしょうか？

- ① あなたに愛されて幸せ ② 私に対して公平であれ ③ 正しい主張

問題2 日本の三大童謡の一つとされている「どんぐりころころ」は、いつ作られたのでしょうか？

- ① 昭和 ② 大正 ③ 明治

問題3 10月といえばハロウィン、ハロウィンの日に仮装するのは何故でしょうか？

- ① 霊を呼び寄せる為 ② お菓子を貰う為 ③ 霊を遠ざける為

⇒答えは次回号に掲載