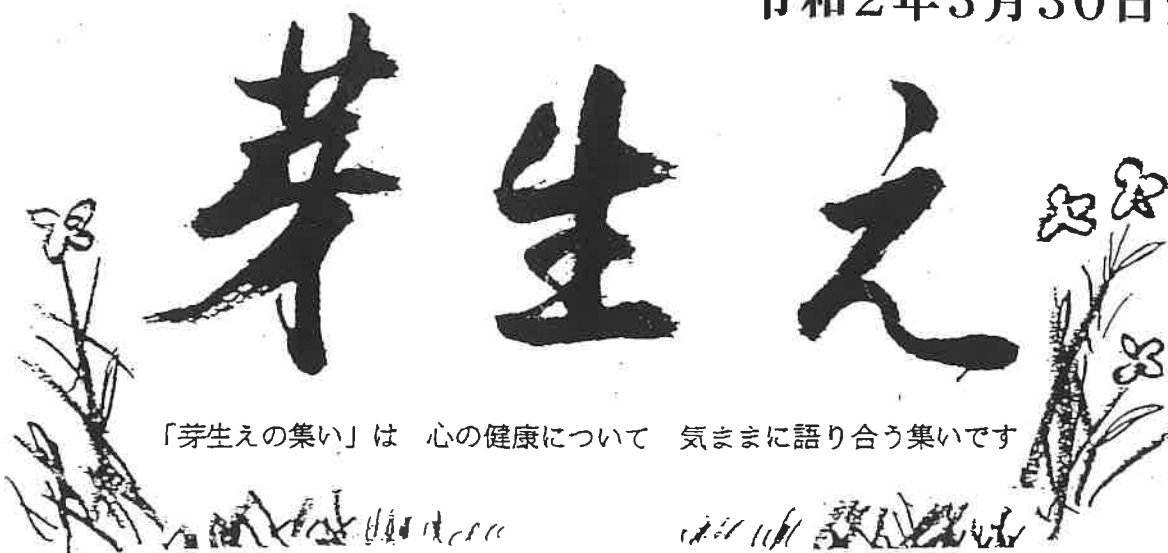


芽生え

「芽生えの集い」は 心の健康について 気ままに語り合う集いです



近況報告

では、三月の芽生えの集いを始めます。今日は雨で天気悪いですが、沢山集まって頂きありがとうございます！

先日アトリエは旅行に行ってきました！山梨の石和温泉。コロナウイルスの影響で店が閉まっていたり、普段試食出来る場所が出来なかつたり。その分人が少なくてラッキーも重なる良い旅でした。

私は今度バイトの面接を受けます！

入職して二カ月。引越しをする事になりました。通勤が楽になります。

久しぶりのセンターでの芽生え開催で嬉しく思っています。



春の
カレシ...

芽生えの集いは7月ぶり参加です。最近マスクが売り切れなので自分で作っています。

工房を体験利用しています。みんな優しくしてくれます。

私は最近家での過ごし方を模索しています。おすすめの過ごし方皆さん教えてください！

毎日工房で作業しています！

僕はGHだと家族に会えなくて寂しいです。

DVDを一気に観てます。イベントが中止になりコロナが近くにいたらパンチしたい気持ち(笑)

俺は名前だけ言おうかな(笑)よろしく！

どうやったらパラパラなるの？

工房では卵ごはんを油たっぷりで炒めます！ぜひお試しを！

朝早いです。血圧測って確認。数値が落ち着いてきていて安心。

タバコ吸って薬飲む。空いている時間はラジオ聞いて過ごしてる。不安な時は薬少し早めに飲んでりして体調の調整してます。それでまたラジオ聴いて。あっ僕はラジオですね！

あはははは(笑)

僕はあまり外に出ないな。でもスーパーで買い物したりはします。お菓子食べ過ぎないよう気をつけていても、結局毎日食べちゃう(笑)衝動だからコンビニまで行ったりしちゃう。

あー、しあわせ♡



僕は書店で働いています。久しぶりのセンター開催で楽しみにしてきました。

というか：近況報告することないよね？コロナウイルスの影響で全部中止ですよ。みんなどう？

注文クッキー沢山入っていたのに注文先のイベントが中止になり工房は大打撃です。

あまり遠出はしないから、十分安全です。

アトリエは薬剤師さんと呼んで薬の勉強会の予定があったんですが、延期になりました。

桜まつりも中止かなあ？

家ではみんな何してるの？



ゲームやっています！
お家が好きなので、録画したものをしながら、家事などをして過ごしてる。プライムとかに登録して見て見放題。

私は心理学の本読むのが好きです。最近就職もあり2020年企業の本読みました。

私も本好き。活字が好き。本読みながら自分の内面も磨きたい。去年は手相の本読んでました。最近手話の本読んでます。

僕は本とか途中で飽きちゃうかも(笑)何かを完遂するのって本当に難しい。

犬を飼っているから、その子といるのが癒される。お母さんもお仕事大変だから家事手伝ってる。

苦手な家事は？

料理かな。でも最近工房で非常勤さんに教えてもらいながらチャーハン作りました。すごいパラパラになったんです。

正しい情報の取捨選択・対応

コロナウイルスに関してみんなどう考えてる？

マスクしてても意味ない。ウイルスの粒子って小さいから。くしゃみとかは抑えられるけどね。

マスクで防げることは、手で触ったものを口に運ばないこと。

WHOで見たのは、マスクは予防にならないということ。マスクして手を洗うのを怠るくらいならマスクしないで手を洗った方がよっぽどいいみたいです。

うがい手洗い以外はハッキリ言っただけでいいし、予防しようがない。

免疫をつけることだよ。よく食べてよく寝る。栄養を取る。

免疫ついてたら遠くまで行ってもいいの？！

そんなことはないでしょう(笑)

ですよ(笑)

私は皆さんを心配していたけど、四季の会の皆さんは世の中より冷静だよ。

ちゃんと情報を精査してるよ。

YouTubeの精神科医が正しい知識を流してくれて、これさえ守っていればいいんだって。在庫がないで本当に困っている人はどうするのって思う。

お米が入手困難で、アトリエは昼食提供あるから困るなあ。

29日はロピアで肉の日だったんですが、お肉買うのに一時間も並んだんですよ！

この大変な状況の中でお肉のため一時間並ぶ人達ってなんだか和みませんか(笑)

そして一時間並ぶってかなりの濃厚接触(笑)

本当だね！(笑)

NHKが言うには空気が淀みがちなところが危険で、やっぱり換気は必要みたい。

通勤ラッシュの満員電車とか大丈夫なのかって話ですよ。

いつまで続くんだろう？オリンピックはどうなるのかな？

開催国になれたのに、中止になったら残念だし大損害だね。

この一〜二週間がピークらしい。どこも十五日が目安。毎年インフルエンザで3000人程亡くなっているそう。そっちの方がよっぽど怖いよ。

本屋は売り上げいいですよ。家で快適に籠もれるようにかな？

色んな所でお米が売り切れだし。

正確な情報をキャッチできる人はいいけど、できない人は混乱しちゃう。正確な情報をキャッチできて、本当に必要なものが入手困難だったりすると困る。

☆今月の芽生え☆

コロナウイルスの影響がある中でも各事業所から沢山の方が参加してくれました。それぞれがどこから情報を得ているのか、その情報をどう活用しているのか等、コロナウイルスで騒がれている昨今、有意義な情報共有の場になりました。感染予防を意識しながらも、こんな時こそ冷静に日々の生活を大切にしていくことが大切ということを共有出来ました。色んなことがありため息も出たしまいがちですが、こうして集って賑やかに笑いかうことはこんなにも場を明るくさせる。そんなことを感じた芽生えの集いでした。

☆来月の芽生え☆

- お出かけの予定
- ニュースから受けた影響
- 心の病について

デマに流される人もいるけど、家の在庫無くなると困るって急いで買おうとまた同じ流れだよ。

花粉症なので、マスク売り切れは困る。コロナに対しての効果は少ないかもしれないけど、してないと不安。

街歩いてたらトイレトペーパーを両手に持つてる人を立て続けに見た。店に在庫ないって騒ぎだったから思わずどこに売ってるか探したよ(笑)

こんな騒ぎだけど、もう少ししたら普通に店に並んで、みんな見向きもなくなるよ(笑)



次回の芽生えの集いは

四月六日(月)です。

午後一時三十分から工房四季にて行います。

※工房四季へは、神奈中バス「いちよ団地・上飯田団地経由」「上飯田車庫」行きに乗車し、「台村」にて下車。

台村のバス停を降りましたら、いちよ団地入口の信号を左に曲がり、坂道をお上がりください。次に坂の台の信号を左に曲がり、坂道を下った右側に工房四季があります。階段を上がり玄関へお入り下さい。

グループつぼみ定例会は、

四月三日(金)、一七日(金)となります。

※ステップ四季にて。

四月の芽生え発送作業は四月二十七日(月)の予定となっております。

連絡先 四季の会事務局

泉区中田東三の一五〇二
中田町センタービル4階
Tel(800)33349
泉福祉保健センター
医療ソーシャルワーカー
Tel(800)2446

4月から小学校に
おしゃべり

