

暑さ寒さも彼岸まで・・・と申しますが、まだまだ気が抜けませんね。熱中症、コロナ。みんなが手洗いの徹底、マスク着用をしている為、今年のインフルエンザの罹患率、とても低いそうです。良かった、良かった！



## 9月例会の報告

9月8日(火) 13:30~15:30 南市民健康センター 3階 会議室

参加者 24名(うち会員17・初参加5名・支援者2名)

台風のシーズンですので、皆さんが日ごと備えられている事などを話し合いました。冷凍庫に水を入れたペットボトルを入れて置く。停電になっても暫くは冷凍食品解けない。水も飲める。風呂の水はあくる朝まで貯めておく。カセットコンロ、七輪、炭、水1人1日2リットル。カップヌードルは水でも戻せる。地震時、風呂場、トイレ等、狭い部屋の方が安全。避難所より自宅待機の方が、障がいをお持ちの方にはストレスが無い。避難所には食事や水等だけ取りに行く、等々。

新しい方が3人参加されました。みんなでじっくりお話をお聞きし、話し合いました。すっきりして帰ってもらえたかな?また参加して下さい。

### 【第36回知ってもらいたい心の病講演会】inセラトピア土岐

岐阜大学講師のお話、ユーモアたっぷりの判りやすいお話でした。質問にも丁寧にお答えして頂きました。詳しい内容は又いつかの例会でお話させていただきたいと思います。

## 10月例会

10月22日(木) 13:30~15:30

南市民健康センター 3階 会議室

演題:「Take it easy 説明会」

講師:岐阜市地域保健課 眞田紀子 係長

- ・朝、体温を測ってきてください。
- ・マスクは必ず持参し、着用してください。
- ・人との間隔を2m以上空けてください。

例会をするにあたり、次の事項をお守りください。

1. マスクの着用
2. 3密（密閉・密集・密接）を避ける。
3. 換気を徹底する。
4. 検温をする。

### 11月例会

日 時：11月3日（火） 13：30～15：30

会 場：メディアコスモス かんがえるスタジオ

◆さて、今月の歌のクイズです（～♪

守屋ひろしさんが亡くなりました。ショック、ショックです。中学生の頃、よく物まねをしていました。大好きでした。

彼の唄から ♪有難や節♪ 作詞：浜口庫之助 作曲：PD（パブリック・ドメイン）  
：著作権フリー）

#### 4番目の歌詞

♪有難や有難や 有り難や有り難や

近頃地球も 人数がふえて 右も左も 満員だ

だけど行くところ たくさんござる ○にゃ○○ ○にゃ○○

有り難や有り難や 有り難や有り難や♪

○に入る漢字は何でしょう？

◆先月のクイズの回答：しだれやなぎ

「ぎふかれん」の 家族による家族のための電話相談 058-271-8169

火・木・金曜日 10:00～15:00

メール・面接相談もお受けしています。

困りごと、行事の案内など、お気軽に電話して下さい。

●第37回「知ってもらいたい心の病」講演会

日 時 10月3日(土) 13:30~16:00  
場 所 瑞穂市総合センター 2階 あじさいホール  
演 題 『障害と共に生きる ~持続可能な社会に向けて~』  
講 師 神山 忠 氏(発達障害当事者)

おかげ様で、定員になりました。

●岐阜県精神保健福祉研修会

日 時 令和3年1月23日(土) 13:30~16:00  
場 所 みのかも文化の森 緑のホール  
演 題 検討中  
講 師 検討中

上記講演会にご参加くださる会員様には、交通費の援助をいたします。

- 第37回「知ってもらいたい心の病」講演会 → 500円/1家族
- 岐阜県精神保健福祉研修会 → 2,000円/1家族

岐阜県初開催

『家族による家族学習会セミナー』

日 時 : 10月28日(水) 13:30~16:30  
場 所 : ハートフルスクエアG 2階 大研修室  
主 催 : 公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)  
NPO法人 岐阜県精神保健福祉会連合会(ぎふかれん)

定員40名 講師は、「みんなねっと」からいらっしゃいます。

ふるってご参加ください!!

## □本の紹介

- 「あなたの力が家族を変える」高森信子 著  
出版社：NPO 法人 地域精神保健福祉機構・コンボ
- 「家族が知りたい統合失調症への対応 Q&A」高森信子 著  
出版社：日本評論社

### 岐阜市あけぼの会 役員の連絡先

熊谷 090-6578-9838      服部 058-247-6004  
中村 090-7039-9447      筒井 090-2685-0226

## 岐阜市楽らくクラブ（当事者会）

### 10月例会（予定）

10月25日（日） 日光コミュニティセンター 13:00~15:00

事前にお問い合わせ下さい。

連絡先： 石田 吉保 090-6084-2124  
山内久美子 058-246-0409

ホ！



今年は不漁で高いですね(ToT)