

週の初めの猛暑日から一転、週末にはあちらこちらから雪の便り。秋は駆け足で駆け抜けていきますね。山の紅葉も大慌てで秋支度です。地域のお祭りも4年ぶりの復活でにぎわっています。一度白川のどぶろく祭りに行ってみたいです。私の子供の頃、祖母が自分用のどぶろくを作っており、柄杓で汲んで飲んでいるのを見たことがあります（昭和30年代 密造酒？）。

### 10月例会の報告

今回は18名の方に参加していただきました。3つのグループに分かれての話し合いです。5～6人の参加者に役員が1人ずつ入り、皆さんトイレ休憩も無く熱心に話してられました。日頃感じている疑問点や、聞いてもらいたい愚痴など心行くまで話して頂けましたでしょうか？

**\*例会日にち変更** お願いいたします

11月12日（日）→11日（土）交流会

12月16日（土）→9日（土）ギター演奏予定

（北方よりボランティアさん3人、リクエスト募集します）

令和6年2月14日（水）→11日（日）小瀬古氏講演

令和5年度版「Take it easy」学習会のつもりでしたが、作成が未定の為、2月の例会（令和6年2月14日）に伸ばさずします<(\_)>

と、お知らせいたしましたが

3月に変更します。3月13日(水)予定

小瀬古 伸幸 氏

1977年生まれ。

「精神疾患を持つ人を、病院でない所で支援  
するときにまず読む本」

の著者。発行者・株式会社 医学書院

：横綱級：困難ケースにしないための技と型

2019年4月より訪問看護ステーションみのり総括所長  
「独立型」といわれる、病院に所属しない形での  
訪問看護ステーション(精神科専門)。

困難ケースも拒まない姿勢が特徴。

事例1・リストカットがやめられない人

事例2・発話が少なく、思いや言葉を出しにくい人。

事例3・「訪問看護やめます」と電話で伝えてくる人。

etc

訪問看護を上手に使うコツなどをお話して頂きます。ぜひご参加を！

### 第43回「知ってもらいたい心の病」

日時：令和5年11月19日(日)

13:30~16時:00

「地域で共に生きるための知恵や知識」

～地域共生社会で精神障がいと共に生きる～

講師：臼井潤一郎氏(のぞみの丘ホスピタル 地域支援部 顧問)

精神保健福祉士のレジェンド！

◆さて今月の歌のクイズです♪

♪昴ーすばるー♪ 作詞：作曲・谷村新司

すばるとは、なにもの？

《先月の答え》

♪馬っこでお嫁に行った♪でした！

## 岐阜市あけぼの会 役員の連絡先

熊谷 090-6578-9838

服部 090-7617-5990

## 「ぎふかれん」の家族による家族のための電話相談

TEL 058-271-8169 火・木・金曜日 10:00~15:00

メール・面接相談（要事前予約）もお受けしております。

面接相談は、1~2時間個別にお話を伺います！（無料）

最近では岐阜テレビの「美濃飛騨放送局」・「NHK ラジオ」などで知ったという方からの相談もあります。

相談室には、皆さんから寄付していただいた精神疾患関連書籍が沢山ありますので、貸し出しもしております。

（10:00~15:00 水曜日休み）

## 精神に障害がある方の家族向け交流サイト みんなねっとサロン

親・子ども・きょうだい・配偶者・パートナー等 ご家族の方

匿名で全国どこからでも利用できます。

スマホやタブレットでアクセスを！

ご利用方法(登録無料)

<https://minnanet-salon.net/service> (みんなねっとサロンで検索)

### 楽しくクラブ（当事者会）

#### 11月・12月例会（予定）

11月26日（日） 日光コミュニティセンター 13:00~15:00

（1F 多目的室）

12月24日（日） 日光コミュニティセンター 13:00~15:00

2階 サークル室 事前にお問い合わせ下さい。

連絡先：熊谷 久子 090-6578-9838

ぎふかれん 058-271-8169

# 活動資金作りにご協力ください

岐阜県精神保健福祉会連合会(ぎふかれん)

拝啓 皆様におかれましては、ますますご健勝のことと存じます。

平素より「ぎふかれん」の諸活動にご協力ご支援を頂き、心よりお礼申し上げます。

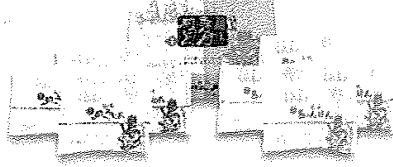
「岐阜県精神保健福祉会連合会」は、岐阜県内の精神障害者及び、その家族会相互のネットワークづくりを推進し、精神保健福祉の増進に関する事業を行うことにより地域福祉の向上に寄与する活動を行っております。

つきましては、諸活動にあたり、運営資金が不足しております。

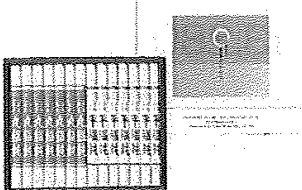
そこで、運営資金づくりの一環として物品販売を行いたいと思っております。

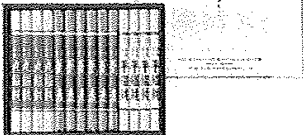
出費多端な折、誠に恐縮ですが何卒ご協力、ご支援の程宜しくお願い申し上げます。



敬 具

<b>N-1</b>	<b>ちゃんぽん・皿うどん 詰合せ</b> (各4食) ダンボール1ケース=6個入 ※具は入っておりません※
 <p>賞味期限は製造より3ヶ月です。 標準小売価格(税込) 3,132円</p>	
<b>販売価格(税込)</b>	<b>2,550円</b>

<b>TS-45</b>	<b>鯛の奏で</b> (鯛だしつゆ付うどん) (90g×10束、だしつゆ4本) ダンボール1ケース=6個入
 <p>標準小売価格(税込) 5,076円</p>	
<b>販売価格(税込)</b>	<b>3,590円</b>

<b>VS-45</b>	<b>島原のれん</b> (丸・平うどん詰合せ) (90g×14束)うどん丸・平 各7束 ダンボール1ケース=8個入
 <p>標準小売価格(税込) 5,076円</p>	
<b>販売価格(税込)</b>	<b>3,280円</b>

<b>LS-50</b>	<b>麺のしらべ</b> (うどん・そば詰合せ) (90g×14束)丸・平 各4束、そば6束 ダンボール1ケース=8個入
 <p>標準小売価格(税込) 5,616円</p>	
<b>販売価格(税込)</b>	<b>3,400円</b>

<b>SR-1</b>	<b>島手らーめん</b> (とんこつ・しょうゆらーめん) (75g×10束、スープ各5食) ダンボール1ケース=8個入
 <div style="float: right; border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">             島手らーめんは シュリンク包装と              </div>	
標準小売価格(税込) 3,132円	<b>販売価格(税込) 2,550円</b>

- 申込方法 : 別紙の注文書にご記入の上、ぎふかれんへお申し込みください。
- 受注期間 : N-1(ちゃんぽん・皿うどん詰合せ)は、限定生産につき「10月中旬～12月10日まで」をお申込期間とさせていただきます。
- 商品お届け : ご注文受付日より、1週間以内にお届けいたします。
- 送料 : お届け先1箇所につき、ダンボール10ケース以上の場合送料無料になります。 ※岐阜県内は、ダンボール1ケースにつき900円です。

