

# ぽけっと クラブ活動



## 手話部

手話は声が届かない所でも、会話ができます。便利ですよ。

## 園芸部



定期的に植え替えを行い、事務所の窓辺を華やかに彩っています！

## 手芸部

コロナ禍で個人の活動が主になっています。集まっておしゃべりしながら活動する日が待ち遠しいです。

## 俳句部

行き過ぎし	空豆や	風止みて	桑の実や	柿若葉
バラの香か	焼かれてさらに	翡翠一閃	道草明かす	落柿舎に置く
薔薇屋敷	味うまし	水面射る	子らの笑み	投句箱
(道)	(伊)	(明)	(治)	(有)

## 編集後記

コロナ禍三年目の夏です。人との交流が少なくなったり、外出を制限することで運動不足になったりして、気分が落ち込んでいませんか？《不安》は一人で抱え込むと増大します。状況が同じでも、人に聞いてもらうだけで気持ちは随分と違って来ます。縁あって出会えた利用者さんです。そんな時は、ぜひ身近な人や私たちヘルパーにお話してください。

暑い日が続きます。

どうぞお身体ご自愛ください。

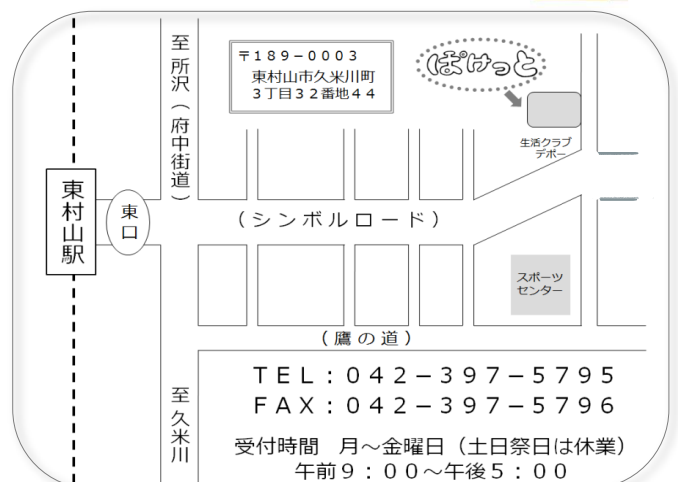
広報委員 橋田・黒宮・佐藤・嶋田

### ★賛助会員募集中★

ぽけっとの活動を支えてください！

個人 3000円 / 1口

団体 5000円 / 1口





NPO 法人 ACT 東村山  
たすけあいワーカーズぽけっと  
(発行責任者) 野仲 伊津子  
東村山市久米川町3-32-44  
TEL : 042-397-5795  
FAX : 042-397-5796

ホームページ : <http://poketto.sakura.ne.jp/>



5月28日、ぽけっとの第23回総会をリアルで無事終えることができました。コロナ感染の不安、他国の侵略から始まった戦争、それに伴う経済の悪化と心を不安にする報道ばかりに目がいてしまいます。そんな時にこそ、人のおしゃべりが楽しい！ おいしい物が食べられた！ ペットが可愛い！ 花がきれい！ 等々、何気ないささいな出来事にも喜びを感じられたらと思います。そして一年の終わりには、制限なしの生活ができる状況になっていることを願っています。

代表 野仲 伊津子



# 利用者さんの横顔

H.T.さん（本町）

ぼけっととは、18年のお付き合い。好奇心旺盛で知識豊富な利用者さんです♪

週1日のお仕事の他に、週4日くらいは地域活動やボランティアに参加しています。

「家族介護者の集い」「手づくり小物雑貨市」「ふれあいいいききサロン」「地域食堂」「音訳の会」「ボランティアネットの発送作業と配達」等々。

動きたい思いがあっても、痛みが強い時はお休みすることもあります。身体がついていかず大変なこともありますが、いろいろな方と繋がりができて学ぶことも多く楽しいです。これからも好奇心を大切にして「きょうよう（今日の用事）、きょういく（今日行く所）」に元気をいただきながら過ごしていこうと思っています。

## ACT (アクト) って何？

ACTはぼけっとが連携している団体です。正式には「アビリティクラブたすけあい」という特定非営利活動法人です。「アビリティ」は「できること」や「能力」といった意味。赤ちゃんからお年寄りまで、誰もが、住み慣れたまちで自分らしく暮らせるよう、介護保険制度が始まる前からたすけあいの仕組みづくりをしてきました。

「たすけあいの輪」を維持し続けるために、理念に賛同する人に会員になってもらい、年会費 3000 円を集め、運営しています。もちろん、ぼけっとのメンバーも全員 ACT 会員です。

詳しい活動については、ホームページをご覧ください。 <https://npoact.org/>



## 齋藤邦子さん制作のレゴフラワー

最初はとまどったけれど、コツをつかめば、夢中になって取り組めたとのこと。新作にも挑戦しようかなと、おっしゃっています。

今は少しでも筋力をつけようと、買い物で歩いたり、シルバージムに通ったりされています。

# 利用者さん宅の かわいい家族(ペット)紹介♪



アンリちゃん



ミルクーちゃん



チョコちゃん



チータくん



タロウくん



ビーちゃん



ミウちゃん・ルークくん



太郎くん



ココアくん



スカイくん



花ちゃん



ココちゃん