

和希楽会ニュース



春の味覚を満喫!

ふれあいパーク八日市場で食事会

平成三一年四月二〇日、匝瑳市の人気施設「ふれあいパーク八日市場」のレストランにて、和希楽会のマッチング活動初の試み「お食事会」を開催しました。メニュー豊富なレストラン「里の香」にて、おいしく食事をしながら、施設の話題・スタッフの話題・講演会の話題・翌日の二十一日(日)の飯岡漁港での釣りの話題など、色んな情報交換・交流を図ることが出来たと思います。「外食IIお酒」の方もいらっしやったようで、「生ビール」や「樽ハイ」の話題も出ていたような、実際は飲んでいませんが(笑)。食後のデザートではおじさま方も含め、みんなまでソフトクリームを食べ、その様子が「かわいい」と好評でした!ソフトクリームのコーンの周りの紙まで食すハプニングもっっ!!終了時の記念撮影ではチーバ君をバックにパチリ。期待通り、チーバ君に顔入れちゃいました(笑)!天候も良く、普段できないお話をすることも出来て、とても楽しい会となりました!



みんなで旭スポーツの森公園を散歩!!



令和元年5月18日(土)に、和希楽会マッチング活動「旭スポーツの森公園散歩」を開催しました。参加者はスタッフを含めて17名、今回は参加者同士の口コミで新規に参加された方も多く、銚子市～横芝光町など色々な地域からご参加いただきました。常日頃から「いろいろな方と交流を深めたい」と感じていた既存のメンバーも、いつもよりフレッシュな気持ちで臨むことが出来た様子でした。当日は天気も良く、風も爽やかで、絶好の散歩日和でした。はじめに自己紹介をし、恒例の体力測定。握力やバランス能力のテストなど4項目を測定しました。その後芝生広場の周りの遊歩道(1周600m)をそれぞれのペースで歩いていただきました。若い方や、歩行スピードの速い方、真面目な方は時間内に3~4週することが出来ました。遊歩道は木陰が多く、周りにはベンチも設置してあるために、疲れたら休憩しながら散歩することが出来るので、散歩しやすい環境でした。散歩よりも口のリハビリ(おしゃべり)がメインの方もいらっしゃいましたが、色々な情報交換や、気分転換の場になったことと思います(笑)。最後に散歩距離と体力測定の記録を記入した記録証をお渡しし、全体で写真を撮って解散となりました。毎回楽しみに参加される方もいらっしゃいますので、秋にも開催したいと思います!興味のある方はぜひご参加ください。



和希楽会料理教室～和食をつくる～



2019年7月28日に八日市場公民館にて料理教室を開催しました。今回は、子供から大人まで約30名の参加者が、和食というテーマでしょうが焼き、きんぴらごぼう、みかん入り牛乳寒天などを作りました。ごぼうの千切り、キャベツの千切りにも初挑戦！奥様が旦那様に、障害者が子供に、親子や友人同士などそれぞれ適確な指導を受けながら包丁やピーラーで千切りに挑戦！できあがった料理は少し歯ごたえがあったようにも感じますが、味は抜群に美味しかったです。いつもながらボリューム満点のメニューに皆さんの笑顔も溢れていました。今回の料理教室のように、大人から子供までが共に助け合いながら何かを創り上げていく事ってあらためてとってもいいなと感じました。最近では「共生社会の実現」など少し難しい用語で伝えられていますが、とてもシンプルにみんなで支え合いながら生きていくのが共生社会なのかもしれませんね。「みんなでやれば何とかなる！」料理教室から学んだ1つです。次回は11月に開催予定です！皆様の参加をお待ちしています。



2019年度 和希楽会全体集会 盛会に終わる！

令和元年5月26日(日)、旭中央病院の体育館を会場に「2019年度和希楽会全体集会」を開催しました。当日は天候に恵まれましたが、参加者の熱気もあいまって会場内は『暑いっ!!』と感じるほどでした。開会后、まず和希楽会のエース!(笑)前林弘行さんに「地域障がい者交流会 和希楽会との出会い」についての講演をして頂きました。これは前回の和希楽会ニュースでもお伝えしましたが、平成31年2月に開かれた千葉県地域リハビリテーションフォーラムで講演した内容を、他の和希楽会メンバーから「ぜひ聞きたい」という希望が多く、急遽前林さんへ依頼して実現したものです。講演では和希楽会の概要を説明頂くと同時に、脳梗塞を発症してからの前林さんの気持ちや想いの移り変わりをお話し頂き、講演の後半では参加者へのメッセージやスタッフへの提案など、様々な想いを凝縮して内容のある報告をしていただきました。今回は眼鏡をかけ忘れることもなく(笑)、落ち着いて報告でき、私をはじめ、講演を聞いていた聴衆の心を動かされる内容だったと思います。講演後は前林さんをセンターに、全体写真をパチリ!とってもらい写真が取れました!(↓和希楽会ニュース初のロングサイズで掲載してみました!)





前林さんの講演後、香取海匝地域で活動・活躍している団体やサークルの発表・報告をしていただきました。今回は、「のぞみ会」、「和希楽会料理サークル」、「九十九ファミリー（ローリングバレー）」、「和希楽会釣りサークル」、「レインボードリームス（ボッチャ）」、「クアルト（車いすダンス）」、「障がい者ゴルフサークル」さんのブースと、マッチング活動で開催した「公園散歩」「いちご狩り」「食事会」の写真掲示を行いました。各ブースの自由見学では興味のあるブースへ行ってお話を聞いたり、「クアルト」のブースでは車いすダンスで使用している車いすに乗って、ダンス体験やコーンを立ててスラローム体験などができ、多くの方が体験されていました。

また、全体集会の後半では「パラスポーツ体験」という事で、ボッチャ、ローリングバレーの競技の説明と体験会を行いました。ボッチャはパラリンピックの競技種目という事で、近年注目を浴びているスポーツで、テレビなどでも見る機会があり何となくルールを把握しているつもりでしたが、今回は勝負をするところまでを体験できたため、より競技への興味と理解が深まったと感じました。参加された方は初めての方がほとんどでしたが、レインボードリームスさんの試技を参考に白いボールへ狙いを定めて、ボールを転がしていました。ゴルフ経験者はグリーン上のパターの感覚と似ているのか、非常に上手だったようです。また、ローリングバレーではメンバーのやり方をお手本にしながら、多くの子供たちも一緒に体験できたようです。



終了後のアンケートでは「参加してよかった」「いろいろな体験ができた」との回答が多く、この全体集会をきっかけに新しい活動にチャレンジしたり、新たな輪が広がっていけばと思います。いろいろなパラスポーツも体験・挑戦することによって、パラリンピックの見方が変わったり、より深く楽しめるのではないかと思います。まだ体験されていない方も機会があれば挑戦してみたいかでしょうか？参加された皆さん、暑い中お疲れさまでした！



ボッチャに集中してプレー



子供も多く参加したローリングバレー

和希楽会マツチング活動のお知らせ①

①今年も残りあと二回！飯岡漁港周辺での釣り！

収穫の秋！！釣りガール・初心者大歓迎！道具は貸し出し致します。

日時：10月までの毎月第3日曜日

(9月15日、10月20日)

8時～11時(受付7時45分～) ※雨天の場合は中止

集合場所：いいおかみなと公園駐車場

定員：10名程度

費用：500円(餌代・保険代)

持ち物：タオル、飲み物、日よけ用帽子、体温調節用の上着など

※ご自身の釣り道具がある方は持参してください

道具をお持ちでない方は無料で貸出致します

申し込み締め切り：各回、1週間前の金曜日、午後5時まで

申し込み先・お問い合わせ：九十九里ホーム病院 理学療法士 林憲明 (TEL:0479-72-1131)



②料理教室 ～今回は洋食です！！～

食欲の秋！！みんなでワイワイ、楽しく、美味しく調理しましょう！

日時：令和1年11月10日(日) 10時～14時(受付9時45分～)

場所：八日市場公民館 2F 料理実習室(匝瑳市八日市場イ 2402)

持ち物：エプロン、ふきん、バンダナ等

定員：30名程度

参加費：1000円(保険代、材料費、会場使用料)

内容：和食、その他の調理

申し込み締め切り：令和1年11月1日(金)午後5時

申し込み先・お問い合わせ：聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太 (TEL:0479-79-1905)



③爽やかに運動を！旭スポーツの森公園散歩！

スポーツの秋！！みんなで公園を散歩しましょう！簡単な体力測定をし、記録証をお渡しします。

日時：令和1年11月16日(土) 9時30分～11時(受付9時15分～)

※雨天の場合は中止

場所：旭スポーツの森公園(旭市ニ 5941)

※体育館前広場のベンチ付近に集合して下さい

定員：20名程度

準備：水分、タオル、動きやすい服装

費用：200円(保険代など)

備考：中止の場合、朝7時の時点の天候により参加者に電話連絡いたします

申し込み締め切り：令和1年11月5日(火)午後5時

申し込み先・お問い合わせ：九十九里ホーム病院 作業療法士 木内智史 (TEL:0479-72-1131)



和希楽会マッキング活動のお知らせ②

④障がい者ゴルフ ～ラウンドに挑戦！～

スポーツの秋！！今年も本コースにてラウンドを行います！

日時：令和1年11月20日(水) 10時～11時(受付9時45分～)

場所：レインボーヒルズカントリークラブ(銚子市)

持ち物：水分、タオル、ゴルフクラブ(持っている方)、動きやすい服装

費用：12000円前後

備考：会場は場所により、坂道や凹凸などの不整地があります
詳細については申込後に連絡いたします

申し込み締め切り：令和1年11月8日(金)午後5時

申し込み先・お問い合わせ：聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太(TEL:0479-79-1905)



⑤第2回！みんなでお食事会！

食欲の秋！！集まってお食事しながら、みんなでワイワイおしゃべりしませんか？

日時：令和1年12月7日(土) 11時～(受付10時45分～)

場所：丸仙会館(匝瑳市野手)

定員：15名程度

費用：食事代実費(一人～2000円程度)

備考：食形態の変更等は出来ません

申し込み締め切り：令和1年12月3日(火)午後5時

申し込み先・お問い合わせ：九十九里ホーム病院 作業療法士 木内智史(TEL:0479-72-1131)



⑥初挑戦！陶芸教室

創作意欲をかきたてられる春！！陶芸に挑戦してみませんか？

日時：令和2年3月28日(土) 10時～(受付9時45分～)

場所：海音窯 近藤やきもの教室(旭市下永井784)

服装：泥などで汚れてもよい服装

定員：15名程度

参加費：2500円

内容：陶芸の体験をします

申し込み締め切り：令和2年3月16日(水)午後5時

申し込み先・お問い合わせ：聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太(TEL:0479-79-1905)



お願い：企画等の参加に際して受付時間を設定しております。

受付時間以前の時間帯や企画終了後はスタッフでの対応が出来ませんので、参加される方は事故の無いように注意をお願い致します。

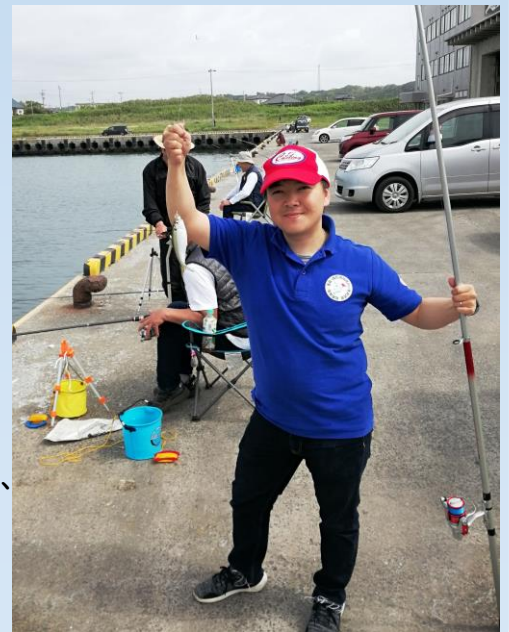


和希楽会釣り部 活動報告：～まさかのダブルヒットか?!～

皆さんこんにちは。和希楽会釣り部です。7月21日に行われたサビキ釣りの報告をさせていただきます。今年は梅雨明けが例年よりも遅れ、7月になっても涼しい日が続いていました。釣り当日も晴れてはいましたが、気温は高くなく、海風がとても気持ちいい絶好の釣り日和でした。サビキ釣りを開始してしばらくすると、参加者の竿先に動きが！参加者の方も勢いよく合わせます。それに続いて隣の人の竿先にも動きが！まさかのダブルヒット?!と思いきや、自分たちの仕掛けどうしが風と波で絡まっただけでした（笑）！その後も何度か同じことを繰り返し…結局この日も魚を釣ることは出来ませんでした。サビキ釣りのマッチング活動を開始して早3年経ちました。



一番初めの頃は仕掛けを投げる事。糸を巻く事、全てがぎこちなかったのに、今となっては自分の体の真正面に、そして遠くに投げる事ができるようになりました。また、糸を巻く動作も自分のやりやすいように竿置きを利用したり、自分のお尻と椅子で竿を固定して糸を巻くなど工夫し、成長している様子が見られます。これで毎回、魚が釣れてくれれば文句はないのですが、なかなか釣れないのです。今年も4月から活動を開始したので3回は釣りに来ていますが、ほとんどあたりがないのです。とても悲しい状況ではありますが、そんな時はみんなでおしゃべりをして楽しい時間を過ごすのに限ります！「家にいてもつまらないし、話しをして、美味しいご飯を食べて帰るよ！」といつも参加して下さる方達は笑顔です！だから、今この記事を読んでくれているあなたも一緒に参加してみませんか？釣り経験の有無など気にせず、釣りに来るのではなく、楽しいお話しや、海の景色を見に来て下さい。お待ちしております！



報告：千葉県作業療法学会にて広報活動を行いました！

2019年3月3日に、国際医療福祉大学（成田市）で行われた千葉県作業療法学会にて、和希楽会メンバーの前林さんと向後伸さんとで広報活動をしました。様々な企業や障害者団体と一緒に、和希楽会の事を知って頂く為に『和希楽会ニュース』を配布しました。初めはなかなか手に取ってもらえずにいたので、ドキドキしながらも手配りをはじめたところ、そこから来場者との会話も生まれ、とても楽しい時間となりました。また、この地域には様々な障害者の団体が存在するという事も知り、新たな発見があった、とても有意義な一日となりました。少しでも多くの障害者にこのような活動が広まる事を願っています。

【編集後記】

▼今年の夏は、7月末までの長〜い梅雨から、8月は記録的に暑い日々が続き、その後は台風襲来！この辺は台風の被害はあまりありませんでしたが、台風一過後の猛暑による熱中症の危険性が高まったため、飯岡漁港での釣りも中止となりました。今までの和希楽会の中で、雨天中止になることはたびたびありましたが、天気が良すぎて中止になるのは初めてでした。▼今年度後半のマッチング活動では、参加者からの要望もあり、来年の3月に陶芸教室に挑戦する事になりました。普段、なかなか陶芸の体験をする機会は少ないと思います。ぜひ、非日常的な体験を楽しみませんか？ゴースト＆ニューヨークの幻々の体験ができるといいですね！参加者同士で！さあ、みなさんだったら何を創作したいですか？どう表現しますか？一体、どんな形の何ができるのか？割れることなく綺麗に焼きあがるのか？今から楽しみです！▼元号は平成から令和に変わり、新しい時代の到来です。そして来年はついに東京オリンピック・パラリンピックも開催されます。これをきっかけに、みんなでもなにか新しいことに挑戦して、新しい自分を作り上げていきませんか？歳を取るのを待っているだけではもったいない！今できること、今しかできない事に挑戦して、今を楽しみましょう！