

和希楽会ニュース



和希楽会マツチング活動 旭スポーツの森公園を散歩!

平成二六年九月三日(土)に、「和希楽会マツチング活動：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・家族を含め二七人でした。天候が心配されましたが、当日は秋風が気持ちの良いお天気で、運動するには丁度良い気候でした。はじめに簡単な自己紹介をした後、希望者の方で、握力やバランス能力などの体力テストを行いました。久しぶりの体力テストに、みなさん張り切って挑戦していました。その後に約1時間弱、公園の遊歩道(1周600m)をみんなで散歩を行いました。(もちろん、虫よけスプレーで防蚊対策は万全でした!)。体育館ではバレーボール、公園ではサッカー、テニスをやっているスポーツ感満載の環境の中、ご家族や、ご友人と会話しながら歩かれる方、集中して黙々と頑張る方など、それぞれのペースで散歩されていました。普段はそれほど長く歩かれない方も、この日はやはり頑張る、長距離の歩行に挑戦されています! (中には、途中で自動販売機に水分を買いに行きながら、歩行距離を稼ぐ方も!)。一番長く歩いた方は、2500m程度歩かれました。運動後の皆さんの爽やかな笑顔がとても印象的で、それぞれに「スポーツの秋」を満喫できたのではないのでしょうか。きっと、その後の食事の味も格別だったことと思います。

最後に、体力測定の結果と歩行距離を記載した『記録証』を配布いたしました。記録証の裏面には今後の各個人の目標と、努力した結果を記載できるようにしており、これを機にさらに健康増進・目標達成に向けて努力していかれることを期待しております! 今後も定期的に開催したいと考えております。次回以降は今回の記録を一つの目標にして、体力テスト・歩行に取り組んでいただければと思います。参加者の皆様、スタッフの皆様、お疲れ様でした。

平成26年度 和希楽会全体集会

のさか図書館 大ホールで開催！



平成二六年六月十五日(日)、匝瑳市ののさか図書館にて、和希楽会の中で年に一度の大きなイベント、「平成二六年度和希楽会全体集会」が開催された。当日は梅雨の晴れ間の暑さと、サッカー日本代表が初戦のコートジボアールに敗戦した悲しみとで、参加者が激減してしまうのではないかと心配したが、総勢八〇名以上の方が参加された。今回は昨年のような講演ではなく、「発表の場を作り、希望者に表現して頂く」ことをメインに実施した。まず初めに作品紹介として刺繍と切り絵の作品・製作者の紹介があった。切り絵の製作者林友彦氏は下書きを書かずに、頭の中のイメージをもとに黒い紙をそのまま切り抜いていくという制作方法で参加者を驚かせた。

次に障がい者を代表して前林弘行氏、都丸信彦氏、齋藤洋氏に『意見発表』として、障がいを負ってから今までの気持ちの変遷や、様々な経験から今感じていることなどを自由に発言頂いた。体験に裏打ちされた力強い言葉・メッセージに、聴講した参加者は思わず涙を見せる場面も。

その後、香取海匝地域で活動する障害者サークル・団体の紹介と、各ブースの自由見学が行われた。ブースでは各種案内資料の配布、活動時の備品の展示、写真の展示、動画の展示と口頭での説明などで活動が伝わりやすいような工夫をされており、参加者も積極的に各ブースを回りながら、活発な情報交換がされていた。

また、屋外では個人所有の車椅子用のバイク、一人乗りの電気自動車の展示が行われ、実際にバイクを試乗した方からは「速度計以上にスピードを感じる。」と興奮気味に話されていた。

発表者から(前林弘行氏)

【感想】関係者の皆さん、ご苦勞様でした。正直言いますともう少し人が集まっても良かったかなって思います。やはり交通手段かな?でも集まって頂いた人の中で今回が初めてという人もいたので良かったと思います。今回は壇上での発表でやはり言葉が出ませんでした。これが一番の反省点です。これから和希楽会を一人のファンとして楽しみにしています。今後は障害者の手で作っていったらと思います。

【発表内容】自分は家では言語障害と言ってあまり話しをしません。でも今回の和希楽会は地元ですので思いついて話してみます。今日もブースに出ています。ローリングバレー、ゴルフ、料理教室などがありますけど、皆さんも送り迎えの問題がありますし、初めは自信がないけれど、参加してみようですか?

それと同時に和希楽会のあり方ですけど、今まではリハビリの先生方がどのようにとか考えていましたが、これからは障害者が「あれをやりたい」、「やってみよう」とかがいいと思います。もちろん先生方に募集のチラシなどは協力してもらいます。とにかく自分たちの手で作っていくのはどうでしょう?そして、和希楽会を千葉県内でメジャーにしてはどうでしょうか?

都丸信彦



発表者から(都丸信彦氏)

【感想】今回の会合では私の他、何名かは舞台上に上がりいろいろやって見せましたが、障害者からすると質問があれば具体的に生活していくうえでのリハビリ等のアドバイスができましたが、今回はさほど質問はありませんでした。でも皆さんと話しているうちにいろいろ意見など出てきて、私たち障害者が生活していくうえで参考になりました。また、私が今回お誘いした3名の方はものすごく笑顔になってくれ、「このような会合にお誘いしていただきありがとうございます。」「もうと早く紹介して欲しかった。」とお言葉をいただきました。

これからも私たち障害者自身がいるいろいろな方々を誘って障害者と健常者が共に暮らしていける世の中にするために皆さんと協力して会を盛り上げたいと思います。

前ページより続き

発表者から（齋藤洋氏）

【発表内容】

僕がお話をさせてもらったことは、人それぞれの自立があるということ・自分の思いを受け止めてくれる人はいると信じて欲しかったのです。

僕はいつも人間には2つの信頼感があると信じています。

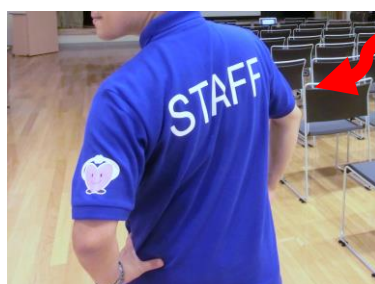
1つ目は『心頼る感覚』と書く心頼感
2つ目は『信じて頼る感覚』と書く信頼感

よく親に自立しなさいって言われてきたけど、自立って自分の身の回りのことが全てできる事って言われてきたけど、ぼくの思う自立は『自分のやりたいことを人に伝えて、それを受け止めてくれる皆さんがいるということ』と信じていること。その中で生活を広げて大きくしていける事が本当の自立だ。今は言いたいと思っています。

誰でも必要で輝く未来があると僕は信じてこれから生きていきたいと思えます。

私はこれからも自分の思いを伝えていけたらと思います。
今回、お話をする機会を作って頂きました関係者の皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

H26. 全体集会フォトギャラリー



和希楽会スタッフ用ポロシャツ作成しました。

今年度の全体集会に合わせて、「和希楽会スタッフ用ポロシャツ」を作成しました。色はサッカー日本代表を彷彿とさせる「ロイヤルブルー」で、胸には香取海匝地域が輝き、袖口に和希楽会のキャラクター「ワッキー」をあしらった気品漂う（笑）デザインです！（左写真）今後のイベントなどで活用していきたいと思えます！イベントの際はこちらも要チェック！です。（ちなみに各購入者の自腹です(*^▽^*)）

- 和希楽会タオル協賛者**（順不同・敬称略）
- ブレイスメディカル（群馬県）
 - 海匠ネットワーク（旭市）
 - 産直の里 旭（旭市）
 - （有）椎名洋ラン園（旭市）
 - 景山産業（株）（旭市）
 - （有）酢屋（旭市）
 - （有）カワカ（旭市）
 - 行政書士 安部智佳事務所（東京都）
 - はりきゆう指圧ボディケアサロン UNO（旭市）
 - 八日市場学園（匝瑳市）
 - （株）戸諸工務店（旭市）
 - キッチン ツナグ（旭市）
 - 吉野クリニック（銚子市）
 - 山野病院（香取市）
 - 篠塚工務店（香取市）
 - リハビリ訪問看護ステーションNEXTかとり（香取市）
 - パルナー階美容室 Grazia（稲敷市）
 - 仏具の木川（旭市）
 - ホンダカーズ東総（旭市）
 - 九十九里ホーム病院（匝瑳市）

和希楽会タオル協賛、ありがとうございました！



今年度も和希楽会タオルの作成に合わせて、左記の協賛者の皆様よりご協力いただきました。全体集会当日は、昨年の全体集会に参加しておらず、和希楽会タオルをお持ちでない方に配布いたしました。今後のマッチング活動への参加の際や日頃の運動等の際に活用して頂くと同時に、和希楽会の活動を広報して頂ければと思います。協賛者の皆様、ご協力本当にありがとうございました！

マッチング活動：料理サークルによる2回の料理教室開催！

昨年十一月の「マッチング活動・料理教室」の参加者を中心に「料理サークル」が発足し、2回の料理教室を開催しました。平成二六年四月一二日には「みんな大好き！定番メニュー」という内容でまぜご飯や肉じゃがを、八月九日には夏野菜カレーを作りました。

【四月二日】昨年の料理教室の受講生を中心に、自分たちの手で料理教室を企画・会場準備・買い出し・当日の運営を行いました。参加者は総勢二四名で、普段あまり料理をしない男性の方の参加も多く見られました。包丁の操作などで、一人での固定が難しい場合は、「おいしい料理が食べたい！」という共通の目標に向かって、チームで協力しながら作ることが出来ました。苦勞の末に完成した料理は、今まで食べたことがないくらいに美味しく感じ、企画運営をして頂いた大木さん、作り方を指導いただいた早川さんはじめ、メンバーの皆様に感謝申し上げます。お疲れ様でした。

【八月九日】今回は、初参加の方も多数いて子供やボランティアを含め三六名と大盛況の会となりました。途中、炊飯器がうまく作動せず、お鍋でお米を炊いたりするハプニングもありましたが、和気あいあいと楽しく料理を作ることが出来ました。こういったハプニングが会をより盛り上げてくれ、うまくご飯が炊けたときには感動すら覚えました。参加者全員で大きな壁を越えた！そんな会となりました。また、参加者の方々は、一人では勇気がでないけど、こうやってみんなでやれば何とかなるという事を実感してもらったようです。自分で何もかもできることだけが良いのではなく、自分の出来る事と協力してもらうことをうまく使い分ける事の大切さも改めて感じました。ご協力いただいたボランティアスタッフの皆様、参加して頂いた皆様ありがとうございました。

参加者から【大木さん(女性:企画者)】
 たくさんの方々に参加いただきありがとうございます。

皆で協力して作った料理はとてもおいしかったです、あまり好きではないお野菜もおいしく食べることができました。家では料理を作れる環境ではないので、こうやって料理が作れる機会はありません。ハプニングもありましたが、これも思い出。いっぱいしゃべって笑ってとても楽しい時間を過ごすことができてお腹も心も大満足の日となりました。

参加者から【長谷川さん(男性)】

参加のきっかけは、友人に誘われたことだった。はじめは料理自体に興味はなく、友人と何かしてみたいと思った。参加する前は少し不安だった。自分にはできるのだろうか？どんな人が来るのだろうかなど漠然とした不安があった。

しかし、参加してみると意外となんとかなることが多く、とても楽しかった。また参加してみたいと思う。また、家庭でも少し手伝いができればいいと思っています。
 今回はありがとうございました。

料理教室の様子①：4月12日



参加者から【越川さん(女性)】

以前から自分の中で「女なので料理をやらなければ」という思いがありました。今回はそんな思いをタイミングよく料理教室の募集を目にしたのでチャレンジしてみようと思えました。申し込んだけれど、不安が大きく何度も断ろうとしていました。しかし、実際に参加してみると何とかなることが多く、実際に抱いていた不安のうち80%くらいはなくなっていました。包丁をほとんど使ったことが無かったけれど、自分にもできたということが大きき自信となりました。また、普段は引きこもっている事が多いですが、グループの人たちと話しができたり、一緒に食事ができたりすることがとても楽しかったです。

今回のチャレンジで少し自信が付いたので、次回の料理教室も楽しみにしています。
 また、以前からやってみたかったホースセラピーにも今年は挑戦してみたいと思っています。ありがとうございます。



マッチング活動：大原幽学記念館散歩実施！

散歩をしながら東総地域の歴史と文化を学びました！



平成二六年七月六日（日）、マッチング活動「大原幽学記念館見学散歩」が開催された。ボランティアを含む四名が参加した。夫婦での参加、子ども連れの参加もありみんなで楽しく垣根のない交流会になってきている...と嬉しく思う。

昨年同様、学芸員の猪野映里子氏より大原幽学について、また地域の歴史について解説を受けることが出来た。幽学は今から約200年前に活躍した農業の先生である。世界で初めて農業の組合（先祖株組合）を作った人である。各地方を周り、学問を学んだあと旧長部村（千葉県旭市長部）【ながべ】を中心に農業のことや生活のことをわかりやすく教えた。記念館には幽学ゆかりの品が解説とともに展示してある。資料の一部は重要文化財に指定されているそうだ。園内（屋外）は昔のままの景観・地形を保つようつくられているため不整地は多いが車椅子や歩行で散歩をすることが出来た。

園内にある「旧林家住宅」では縁側に座って談笑するなどボランティア含む参加者同士の交流をはかることも出来た。お土産に椿の写真のカードを頂き、笑顔で『さようなら、またね』と手を振る参加者の姿を見ると企画して良かった、心からそう思う。

和希楽会マツチング活動のお知らせ

①障がい者ゴルフ体験会～去年より多く、ショートコースまわります！～

コースは各個人の体力に合わせてまわります。もちろん、男女問わず参加OKです！

日時：平成26年10月25日（土）14時～16時（受付13時45分～）

場所：東洋ゴルフ（旭市）

対象者：身体に障がいがあり、ゴルフに興味がある方
活動に興味がある方、仕事などで障がいのある方に関わる方

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

定員：15名程度

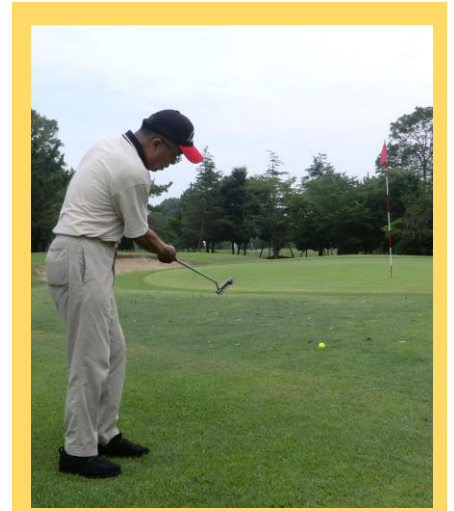
参加費：1500円（保険代、プレー費、練習場ボール代含む）

内容：練習場での打ち放し、ショートコース（数ホール）

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
雨天の場合は練習場での打ち放しのみを行います。

申し込み締め切り：平成26年10月20日（月）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）



②障がい者料理教室～今回はパンを焼きましょう！～

本職のパン屋さんにパンの作り方を指導して頂く、またとない機会！ぜひご参加ください！

日時：平成26年11月30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）

対象者：身体に障がいがあり、料理に興味がある方

持ち物：エプロン、ふきん、バンダナ等

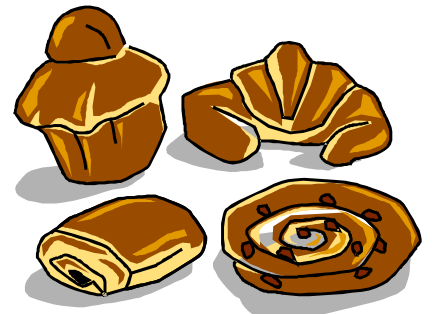
定員：30名程度（申し込み多数の場合、初参加の方を優先させていただきます）

参加費：1000円（保険代、材料費、会場使用料）

内容：バターロール、スープ、サラダの調理

申し込み締め切り：平成26年11月11日（火）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。

【編集後記】

▼各イベントがあるごとに、ニュース用の写真を撮影しているのですが、どれもいい写真はばかりで、毎回取捨選択するのは苦渋の決断です。中には「いつも和希楽会ニュースの写真に写っていると『暇な人』だと思われるから、あまり写真撮らないで。」っておっしゃる方もいらっしゃいます。いやいや、そっぴいなながらも、とても生き生きとしたいい笑顔なので、一人でも多くの皆さんに「ぜひ見てほしいな」って思ってしまうのです。赤ん坊の無邪気な笑顔もとても可愛らしく、見ている飽きませんが、苦難を乗り越えながら、精一杯人生を楽しんでいる、人生の先輩方の笑顔や眼差しは実に素敵なのです。（だから今回も『採用』させていただきました！あしからず！）▼今号では参加者からの感想や意見を多く掲載することが出来、とても充実した内容になったと思います。ページ数も4ページから6ページへと50%増量での提供となりました！率直な意見が多く、読んで共感された方も多いのではないかと思います。コメントの掲載にご協力頂きました皆様、ありがとうございました。▼先日、和希楽会に参加された方の奥様よりお手紙をいただきました。「夫が他界してしまいましたが、生前は和希楽会に参加し、楽しい思い出がたくさんできました。」と感謝の気持ちを書かれていました。家族を失った悲しみの中での心遣いに、スタッフ一同感動すると同時に、とても励みになりました。今後も微力ではありますが、皆様と一緒に楽しい地域ネットワークづくりを支援していきたいと思っております。今後ともよろしくお願ひいたします。