

和希楽会ニュース



美味しいパンが出来ました！ 和希楽会料理教室（パン作り）実施

平成二十六年一月三〇日、八日市場公民館にて和希楽会料理教室を開催しました。料理教室は今回で4回目であり、和希楽会マツチング活動の中でも人気の企画となっています。今回は、匝瑳市にあるパン屋さん『ブリッジブック』の橋本さん（写真左上）にご協力いただき、パンの作り方を教えて頂きました。

「食べる事はあっても作る作業はなかなか経験できない」と、パン作りに興味ある障がい者一七名、スタッフ（子供含む）一八名の計三五名の参加者が集まりました。普段食べ慣れている『ロールパン』と『チョコパン』の成型の工程を目の前で見せてもらうと、会場からは「おお！そうやって作るのか！」と歓声が上がりました。パンが焼きあがるまでの間には、シチューとサラダも作り、焼きあがるパンの香りとシチューの香りとで、会場が美味しい匂いにつつまこまれました。

参加者の方々からは「はじめてパン作りの工程を見ることができて楽しかった。」「自分1人では作れないけれど、できないところはグループのメンバーに手伝ってもらったことで楽しくできました。」などの感想を頂きました。

意欲的な参加者からは早くも、「今度はうどんを作ってみたい！」「筑前煮などがいいな。」など次回以降のメニューの案が出てきていました。料理をやったことがない方であっても、グループで助け合いながら行きますので気軽に始められます。次回の料理教室も多くの参加者で会場がいっぱいになり、和気あいあいと料理できることを楽しみにしています。

☆障がい者ゴルフサークル☆ 体験会開催！



平成二六年十月二五日、旭市の東洋ゴルフ場にて、「和希楽会 障がい者ゴルフ体験会」を開催しました。「障がい者ゴルフサークル」は平成二四年より自主的に活動しているサークルで、月に2回（第1・3木曜日・午後）定期的に練習を行っています。現在のメンバーは5〜6人で、普段は練習場での打ちっ放しやパターの練習を中心に行っていますが、この度は東洋ゴルフ場の協力のもと、シヨートコースでの実践も3ホール行わせていただきました。

当日はメンバー以外でもゴルフに興味をお持ちの障がい者の方も多数参加し、障害者ゴルフの体験会という事で開催いたしました。

病前、ゴルフを趣味にされていた方が病院退院後、初めてゴルフクラブを握ると、初めのうちは以前のとの身体感覚の違いに戸惑いもありましたが、徐々に慣れてくると綺麗な弧を描いて真っ直ぐにボールを飛ばすことが出来ました！参加メンバーは脳血管疾患により身体の片側に麻痺のある方が多く、片手のみでクラブを持ちプレーを楽しんでいました。もちろんコース内は歩きやすい平坦な場所はなく、起伏や凹凸がある箇所ばかりで移動には苦戦を強いられました。楽しみながらボールを追いかけて、とても良いリハビリになった事と思います。

年に数回コースをまわることで、目標が出来、より普段の練習にも身がはいつている様です。サークルのメンバーは随時募集しております。「障害者ゴルフ」に興味のある方はぜひ一緒に練習・プレーしてみたいかがですか？また、次回の体験会も企画いたしますので奮ってご参加ください！

連絡先：聖マーガレットホーム 永野亮太

TEL 0479179119005

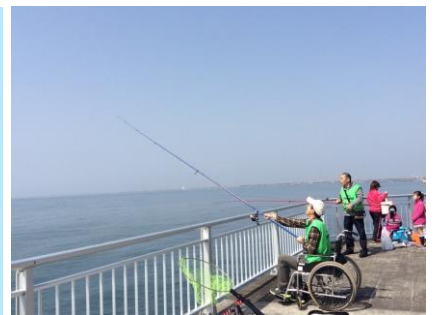


障がい者釣り教室企画！



毎回、アンケートにて要望の多い「釣り」を何とか企画できないかと現在検討中です。平成27年3月22日には日本釣り振興会千葉県支部の皆様の協力を得まして、会場の下見とスタッフでのシュミレーション（趣味レーション？）を開催しました。当日は飯岡みなと公園や漁船、釣具店、旭市営の長熊釣り堀センターなどを見学・体験しました。実際に車椅子に乗車しながら移動したり、片手でのエサ付けなどを体験し、初めは悪戦苦闘していましたが、徐々に「工夫すればなんとかなりそうだ」と感じられました。釣り堀では大きなフナの引きに興奮し、下見そっちのけで釣りの楽しさを満喫してしまいました（笑）

今後スタッフで詳細を煮詰め、釣り経験のある方はもちろん、初心者の方にも楽しんでいただけるような企画にしたいと考えておりますので、ご期待ください！なお、この日の様子は千葉日報社の取材を受け、3月27日（金）付の『フィッシングリポート』の記事になりました。WEBでは「千葉日報 フィッシングリポート（3/29更新）」で記事・写真が閲覧可能です。こちら是非ご覧下さい！



和希楽会マツチング活動のお知らせ

① みんなで歩こう！公園散歩

体力の向上や、健康意識の向上の為、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：平成 27 年 5 月 6 日（水・祝）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）※体育館前広場ベンチ付近

対象者：身体に障がい有る方（必要ならば付き添いの方）

活動に興味のある方、仕事などで障がいのある方に関わる方

定員：15 名程度

準備：水分、タオル、動きやすい服装

会費：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：平成 27 年 4 月 28 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）



前回の様子

② 銚子しょうゆ工場見学

銚子市内のしょうゆ工場を見学します。しょうゆのソフトクリームって美味しいみたいですよ！

日時：平成 27 年 5 月 24 日（日）11 時～12 時（受付 10 時 45 分～）

場所：ヤマサ醤油工場（銚子市北小川町 2570）銚子電鉄仲の町駅より徒歩 3 分

対象者：身体に障がい有る方（必要ならば付き添いの方）、活動に興味がある方

定員：15 名程度

参加費：200 円（保険代など）

内容：しょうゆの作りかたの映画上映や売店でのショッピング

申し込み締め切り：平成 27 年 5 月 18 日（月）午後 5 時

申し込み先・お問い合わせ：介護老人保健施設とよさと 理学療法士 太田恭平（TEL:0479-33-3630）



② 障がい者料理教室～今回はうどんをこねます！～

さっぱり美味しい！サラダうどんをうどんから作ってみたいと思います！

日時：平成 27 年 7 月 11 日（土）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：サラダうどんなどの調理

申し込み締め切り：平成 27 年 7 月 1 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。

平成27年度 和希楽会全体集会のお知らせ

今年度は旭中央病院にて開催！ ネットワーク「和」と明るい「希」望により、人生を今まで以上に「楽」しく！

今回は昨年の2014 仁川アジアパラゲームズ（パラリンピックのアジア大会版）において「車いすダンス」4位に入賞した木内千鶴さんにご講演とダンスの披露などの企画を予定しています。

多くの方の参加・交流により地域のネットワークを密にし、和を広げながら、みんなで楽しい地域にしていきたいと思います！ぜひ皆様お揃いでご参加ください！お待ちしております！



※昨年までと開始時刻が変更となっております。お間違えない様、ご注意ください！

日時：平成27年6月14日（日）10:00～12:00

会場：旭中央病院 しおさいホール

（旭市イ1326 TEL：0479-63-8111）

内容：① 木内千鶴さんの講演 車いすダンス披露

② 香取・海匝地域の障がい者団体・サークル紹介

対象者：身体に障がいがある方とその家族

仕事で障害のある方に関わる方、活動に興味のある方

参加費：無料（事前のお申し込みは不要です。直接ご来場ください。）

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）



和希楽会とは

香取海匝地域で行っている、身体に障がいのある方の交流会です。地域リハビリテーションの考え方を基に、障がいを負った方の、①横のつながり・ネットワークを構築する、②サークルの活動を支援する、③ひきこもり防止、④活動を地域市民に周知し、障がいへの理解を深める、⑤広い意味合いでの「リハビリテーション」の認識を深め、障がいの有無に関わらず住みやすい地域づくりを目指す、という趣旨で活動しています。

簡単に言い換えれば、「障がいがあるのも何かきっかけ。皆で集まってやりたい事を楽しんで行きましょう！それが何よりのリハビリテーション♪（自分の為にもなるし地域の為にもなるよ、きっと!）」という会です。

活動は年に1回の全体集会と、マッチング活動などの趣味的な活動の集まりです。また、年に2回このようなニュースを発行し活動のお知らせや報告を行っています。希望者にはニュースを送付致します。

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

【編集後記】

▼今年の桜は例年以上にきれいだったと感じたのは私だけでしょうか？（歳のせい？）その桜も見頃を過ぎて、和希楽会も活動の季節が参りました！今回は新規のマッチング活動企画として「銚子しようゆ工場見学」を企画しました。近くても今までなかなか行く機会がなかった方も多いのではないかと思います。どのようなものになるでしょうか！（美味しいお醤油をお土産に頂けるかも？）。▼本文中にも記載致しましたが、現在「釣り」の企画も検討中です。新しい趣味活動を増やすとともに、参加メンバーもどんどん増えていくことを期待しています。私も先日の釣り体験企画に参加しました。小学校低学年の頃、ミミズをエサにフナ釣りをしていた以来で、不安もありましたが、釣り堀にてプロの指導のもと3匹釣り上げる事が出来た時は興奮！ぜひ近いうちに実現し、皆でこの興奮を共有できたら楽しいだろうなあ、と感じました。▼そして今年もまた、『和希楽会全体集会のお知らせ』をする時期となりました。今年開始時間を早めて午前中に開催いたします。終了後はみんなで食事に行くもよし、旭市内巡りをするのも良いと思います。聖徳太子が作ったと伝えられる十七条の憲法第一条に、『和を以て貴しとなす』とあります。一人の力は小さくても、みんなで「和」と「希望」をもって、そして一人ひとりが少しずつ「自分以外の他の人のために」と思いを馳せ、行動に移したなら、きっと今よりもっと素敵な未来になる様な気がします。そんな全体集会を皆で作って上げましょう。楽しみです！