

# わかまらくかい 和希楽会ニュース

## 15号

(2018年 春号/年2回発行)

発行：香取海匠地域リハビリテ-

ーション広域支援センター

地域ネットワーク支援班



## 雨ニモマケズ、風ニモマケズ、 旭スポーツの森公園散歩

平成二九年一月一日(土)、旭スポーツの森公園にて「和希楽会マツチング活動・公園散歩」を開催しました。数日前より天気予報では雨のマークがついており、開催できるか本当に不安でした。前日まで何度も天気予報を確認していましたが、やっぱり雨の予報、、、しかし！天気予報が外れたのか、当日の朝になると奇跡的に雨は降っておらず、陽がさしていたので予定通り公園散歩を決行！スタッフを含め一二名が参加しました。

開始直後はすさまじい風で、カゴや中身の入ったペットボトルが飛ばされる程の強風でした。そんな中、握力やバランス能力などの体力測定を実施。前回参加された時と比べて測定値は、、、どうだったのでしょうか？比較していませんので、その時はわかりませんでした(笑)。その後、風に吹き飛ばされないように注意しながら、約1時間程度公園内を散歩しました。公園内の木々は、、、本来なら紅葉している時期なのですが、今年は台風の影響でほとんど散ってしまっていました(涙)。旭スポーツの森公園は芝生の周りを1周りとすると約600m、野球場のほうも含めて大回りすると約1km程度あります。前回参加された時には杖でやっと歩いていた方も、今回は杖をなるべくつかないように手に持ちながら、野球場の外周の方まで大回りして頑張って歩かれていました。参加者全体として、前回の参加時に比べて長い距離を歩けた方が多い様子でした。

「色々あったけど、何とか無事に終了するかなあ、、、」と思いかけた、終了一五分前！なんと、とどめを刺すかのように今度は突然の雨！急遽、スタッフが車へ傘を取りに行くなどして対応しました(汗)。

風が吹き、最後に雨は降ってしまいましたが、「雨降って地固まる、、、。これも和希楽会っぽくていいかな、、、。」と、、、屋根のあるベンチで貴重品の見張り番をしていた為に、あまり濡れる事のなかった私は、遠くを見つめながら心の中で、、、そうつぶやきました。「、、、」が多いですね、、、。そして集合写真撮影後、帰って行く参加者の背中を見ながら、強くこう思うのでした。「また次回、、、お待ちしております！」と、、、。



# 悪戦苦闘の末、釣り上げた！～ヘラブナ釣り教室～



皆さんこんにちは。和希楽会釣り部です。

平成 29 年 11 月 12 日に、第 3 回となります旭市の長熊釣り堀センターでの和希楽会マッチング活動「ヘラブナ釣り教室」を開催致しました！今回は、新規に 3 名の方が参加して下さい、前回の参加者の方 1 名を加え、スタッフを含め合計 16 名でヘラブナ釣りを行いました。今回も日本釣振興会千葉県支部の皆様のご協力の元、ヘラブナ釣りのプロや長年釣りに携わっている日本釣振興会の講師から直接指導やアドバイスをして頂きました。初めて参加される参加者は、釣り針に餌つける作業や、仕掛けを投げる事、アタリが来たら合わせる、といった動作が難しく、仕掛けを投げる途中で餌が針から取れてしまったり、餌を沢山つけ過ぎて浮きが沈んでしまったりと悪戦苦闘されているようでした。また、当日は晴れてはいたものの、朝方の冷え込みが強く、その影響でヘラブナの活性も低下しており、食いが非常に渋い状況でした。前回までは仕掛けの浮きがスーっと水面から消えるくらいのアタリがありましたが、今回は浮きがわずかにピクッと瞬間的に動くだけのアタリが多く、ヘラブナを釣り上げられずにいました。開始から 1 時間ほど経過すると徐々に気温も上昇し、魚のアタリが明確になるようになりました。また、プロにアドバイスを頂き、参加者もあわせのタイミングが合うようになり、一人、また一人とヘラブナを釣り上げる方が増えていきました。最終的には、皆さんヘラブナを釣り上げることが出来ました。また、寒いのを忘れて、時間を延長して楽しむほどにヘラブナ釣りに夢中になり、「とても楽しかった！」「また、参加したい♪」との感想を頂きました！

和希楽会釣り部では、今年度も昨年と同様に、『いいおかみなと公園でのサビキ釣り』を 4 月～10 月の毎月第 3 日曜日に行います！スタッフもどこまでフォローできるのかわかりませんが、楽しくのんびりとした時間を一緒に過ごせたらいいなと思っています。やった事がない方、興味のある方は見学からでも OK です。ぜひ、ご連絡頂けたらと思います。レッツフィッシング！





# 和希楽会マッキング活動のお知らせ①

## ①障がい者ゴルフ～今年は、本コースをまわります！～

今回はついに、初挑戦の本コースをまわります！ 残りわずか！お早めに！

日時：平成30年4月16日（月）

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

定員：6名（残り2名）

参加費：11000円（キャディー付き、昼食、保険代込み）

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

申し込み締め切り：平成30年4月6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）



## ②じわじわ人気！飯岡漁港からのサビキ釣り！

漁港周辺からサビキで入れ喰い！、、、かどうかは、その日の運！初心者の方も大歓迎です！道具は貸し出し致します。

日時：4月から10月までの毎月第3日曜日

（4月15日、5月20日、6月17日、7月15日

8月19日、9月16日、10月21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

参加費：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）



## ③匝瑳市の人気観光スポット 飯高檀林を見学散歩！

今回は、なんと特別に建物の内部を見学出来ます（年に数回しかないチャンス）！牡丹の花も見ごろかも！そだね～！

日時：平成30年4月21日（土）9時～11時30分

（受付8時45分～）※雨天中止

集合場所：飯高寺南側駐車場（千葉県匝瑳市飯高1789）

講師：藤崎宏道氏

持ち物：水分、タオル、動きやすい服装、虫よけなど

定員：20名程度

会費：200円（保険代）

備考：中止の場合、朝7時の天候により電話連絡いたします

※敷地内は坂道や凹凸などの不整地があります ※総移動距離はおよそ1.5km程度です

申し込み締め切り：平成30年4月9日（月）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）



# 和希楽会マツチング活動のお知らせ②

## ④爽やかに運動しましょう！旭スポーツの森公園散歩！

体力・健康意識の向上の為、みんなで公園を散歩！簡単な体力測定をし、記録証をお渡しします。「超えろ、ジフン！」

日時：平成30年5月12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

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30年4月30日（月）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）



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。

## 地域のネットワーク「和」と「希」望で、人生を「楽」しく！ 和希楽会 参加者募集中！！



### 「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。簡単に言いかえれば、「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いきましょう！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、地域の為にもなるはず!）」という会です。活動は年に1回の全体集会と、マツ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（春・秋）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。希望者には直接ニュースを送付致します。

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



# おなか一杯、甘～いイチゴを堪能 ～和希楽会マッチング活動♡イチゴ狩り♡～



平成 30 年 2 月 17 日(土)、毎年恒例となっている和希楽会マッチング活動「いちご狩り」を開催しました！年が明け、和希楽会最初の行事となりました。暦の上では春を迎え、梅の花がきれいに咲き誇っています。当日は少し寒さが和らぎ、いちご狩り日和！今回は 17 人で体験してきました。ハウスの中は暖かく、いちごの甘い香りが漂っています。特に美味しそうないちごを自分で選び、手に取り、味わういちごは格別です！子ども達はどれだけ大きいいちごを見つけるか必死です！毎年足を運んでくれている方、初めて参加いただいた方、色々とお話を伺いました。なかなか家族だけでは不安があったり、下調べが必要だったりするが、安心して参加できるので教えてもらって良かったと、嬉しいお声をいただきました。はじめは不安なことも、和希楽会の企画を通して、同じ事を共有できる仲間が増え、一歩踏み出すキッカケや人と人との繋がりが広がっていく気がします。また来年も赤く実ったいちごを食べつくしに行きましょう！



## 香取海匝地域のサークル紹介！



### ローリングバレーボールサークル「<sup>つくも</sup>九十九ファミリー」参加者大募集中！

障がい者バレーボール（ローリングバレーボール）とは、ネットの下を転がして行うバレーボールです。このスポーツの特徴は、障がい者だけでなく健常者も一緒に選手として参加できるバリアフリースポーツです。九十九ファミリーでは、軽度から重度の障がい者が小学生と共に練習を行い、毎年行われる神奈川県での大会を目指して練習しています。何か運動を始めてみたいという方は、まずはこのスポーツから一緒に始めてみませんか？九十九ファミリーでは、一緒にスポーツを楽しんでくれるメンバー、ボランティアを募集しています。お気軽にお問い合わせください。



窓口：障害者支援施設聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太 (TEL:0479-79-1905)



平成30年度

# 和希楽会全体集会のお知らせ



パラスポーツ紹介・体験

地域の障がい者団体・サークル紹介

平成30年6月10日(日) AM10:00~12:00(受付 9:40~)

会場: 匝瑳市立八日市場小学校 (匝瑳市八日市場イ 2311)

対象者: 活動に興味のある方はご自由にご参加ください

参加費: **無料** (初参加の方には、「和希楽会タオル」を贈呈! ※数量限定)

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



全体集会後、今回初の試み「和希楽会懇談会、『これからの和希楽会を考える』」を開催したいと思います。「今後の和希楽会の活動・あり方についてどうしていくか?」話し合います。皆様のご意見をお待ちしております。

【編集後記】

▼平昌オリンピック、パラリンピックでは日本の代表選手の活躍に日本中が沸きましたね。そだね。

そんな中で、今年度の「和希楽会全体集会」では、ポッチャ、車いすダンス、ローリングバレーボールの障がい者スポーツをテーマに開催します。見たこと・聞いたことはあっても、実際に体験する事はあまり出ないと思いますので、ぜひこの機会に面白がって体験してみてください。ですので、今回はシャツ等の動きやすい服装で参加して頂ければと思います。終了後には自由参加で、『懇談会 これからの和希楽会について考える』を行います。和希楽会の趣旨(※4ページ下部参照)をもとに、皆様の色々なアイディアを頂ければと期待しております。空腹に耐え、是非ご参加ください!

▼また、別紙にてお伝えしましたように、各種メディアにも多数出演されている、腰塚勇人先生の講演会が3月31日(土)匝瑳市民ふれあいセンターにて開催されます。和希楽会も共催させて頂いております。きっと『ドリー夢メーカー』からの、心の栄養になる様なお話しが聞けるのではないかと思います!こちらへもぜひ足をお運びくださいね!