

わ き ら く か い

和希楽会ニュース

30 号記念号

(2025 秋号／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



令和七年三月三〇日（日）に和希楽会マツチング活動『袋公園散歩』を開催しました。桜の開花が例年よりも少し早く、六分程度咲いていました。毎年、開花よりこの散歩の会の開催が早いことが多かったのですが、今年はしっかりと花見を楽しみながらの散歩となりました。「今年は咲いてるね」など、以前から参加されている方が話をされている中で、「久々に来たよ」と久々の花見を楽しむ方もありました。桜に目をとられて、転ぶことのないように、参加者の皆さんがそれぞれのペースで散歩を行い、参加者同士雑談を交えながら花見散歩を楽しむことが出来ました。桜を眺めながらの為か、今回は歩く時間より雑談されており、散歩が終わった後に、ちょっと寄り道をされる方も見られ、花見の後のための散策をうまく楽しんでいました。外に出ることで、新しい発見や、楽しみを作るきっかけになることもあります。初めてのの方も、次回ぜひご参加ください！



桜を満喫！！春の袋公園を花見散歩

祝！和希楽会 15 周年、ニュース 30 号！

2025 年、おかげさまで和希楽会は創設 15 周年となり、この「和希楽会ニュース」も 30 号を迎えることが出来ました。創設時から参加者やスタッフなどは、入れ替わりがあるものの、活動内容は少しずつ多様化・充実化を図り、概ね月 1 回程度のマッチング活動を開催しております。試行錯誤を繰り返し、東日本大震災やコロナの影響も乗り越えながら、多くの方の協力を得ながらすすめることが出来ました。今後も参加者・スタッフの協力のもと、新規メンバーも増やしながら活動していければと思います。今後ともよろしくお願いいたします。

今回は特別号として、創設～現在までの写真や、和希楽会に縁のある方々からのメッセージ・コメントを掲載させていただきました！

～写真であの頃を振り返る～パート①... まだあの方は、お元気かしら？



【和希楽会の創設 15 周年を迎えて】**埼玉医科大学総合医療センター リハビリテーション科医師 藤本幹雄**

私が 2009 年に国保旭中央病院に赴任した当時、香取海浜地域は全国でも有数の医療介護過疎地域でした。したがって、国保旭中央病院が指定されている地域リハビリテーション広域支援センターの事業においては、全国で行われているようなリハビリテーション専門職のマンパワーに頼りきった事業モデルではうまくいかないのではないかと思います。そこで考えたのが、他でやられているおおかたの事業内容にとらわれず、障がい者自身が主体となり、障がい者同士・住民同士で助け合い、障がい者の地域での活躍を推進していけるような、互助型の事業モデルを作ろうということです。この考え方には、地域の医療機関・介護施設等に勤務する多数のリハビリテーション専門職の方々が賛同し協力してくれました。そのような流れで誕生した和希楽会の活動には、公的な地域リハビリテーション推進活動としては全国に類をみないような内容がいくつも含まれていますが、それらは、我々が熱のこもった議論を重ねながら着実に行動に移してきた賜物だと自負しています。特に、素晴らしいアイデアと行動力で和希楽会の礎を築かれた木内さん、多田さん、永野さん（50 音順）をはじめとした初期のコアメンバーの方々や、小澤さん等当時のリーダーとして熱心に活動していただいたスタッフのお力がなければ、和希楽会のような活動を立ち上げることは困難だったと思います。皆さまに心より感謝を申し上げます。

**【和希楽会とともに歩んだ 15 年】****九十九里ホーム病院 作業療法士 木内智史**

早いもので活動を開始してから、早 15 年が経過します。多くの参加者の皆様や当地域のリハビリテーション職を中心としたスタッフの皆様に支えられ、意見やアイデアをいただきながら、楽しく進めてこられたと感じています。細かいところまで気が回らずに、多々ご迷惑をおかけしたこともありましたが、何卒ご容赦ください（笑）。

この「和希楽会ニュース」の編集は主に私がさせていただいておりますが、活動時の皆さんの生き活きた表情の写真の中から「どれにしようかな～」と選んだり、文章を書きながら頭の中を整理することは、いまや私の大切な作業になっています。全国に障がい者のサークルや単発の活動はたくさん見聞しますが、当会のように、複数の企画から「自分で選んで」、複数の施設のスタッフと障がいのある方が「協力して運営し」、「15 年継続する」ような会は私の知る限りはありません。活動においては地域が広い為、それゆえ難しい部分もありますが、「障がいのある方にとって『はじめの一步を踏み出すきっかけ』になればいいな」と思い、続けてきました。そう、和希楽会は「ゴール」ではなく「スタート」です。これをきっかけにそれぞれに地域社会の中で「自分らしい、自分色の人生を送る」ことが出来たらと思います。『大丈夫！いつだって一人じゃない！』この先の 5 年・10 年・15 年へ向けて、これからもご協力、よろしくお願いします。

**【和希楽会誕生 15 周年おめでとうございます】****聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太**

思い返せば、15 年前に仙台の居酒屋で「地域の障がい者が自分らしく人生を選択し、生き生きと生活できるようにしたい」と皆で熱く語り合った夜がありました。そこから、ひとつずつイベントを企画し、つながりを増やし、地域の輪が広がってきた 15 年。スタッフだけでなく、障がい者同士が助け合い、嬉しいことはみんなで笑い、喜び、そんな温かいコミュニティになったのは、皆さんの和希楽会への想いと行動の積み重ねかと思っています。私が、これまでの活動の中で印象的だったのは、ゴルフサークルの活動です。障がいを負って、大好きだったゴルフを諦めかけていたけど、「やっぱりやりたい！」との熱い想いと共にリハビリを頑張って、ついに 18 ホール回ることができました。正直、18 ホール回る当日まで、休みながら 500m 歩くのがやっとでしたが、当日は 2km ほど歩き通しました。「好きな事があると、自然と身体が動き出す。」それを学ばせていただきました。まだまだ、紹介しきれないエピソードが沢山ありますが、この節目を迎えることができたこと、本当に素晴らしい事だと思います。これからも、誰もが自分らしくいられる場所として、地域に根差して活動をしていきたいと思っています。今後とも皆様のご協力をお願いいたします。



～写真であの頃を振り返る～パート② 懐かしい...こんなこともあったわねえ(笑)



【和希楽会に参加してよかったこと・あなたにとっての和希楽会は？】

藤崎宏道様

参加活動：釣り・ボッチャ・グランドゴルフ・いちご狩り・ローリングバレー
私は、脳内出血により現在は左上肢・下肢に後遺症がある状態です。17年前、退院後リハビリに通院している中で、和希楽会の設立があることを知り、参加を決めました。全体集会に参加すると、様々な障がいを持った方々と知り合うことができ、元気をいただくことができました。和希楽会の企画は、多様なプログラムが用意されていますので、「みんな仲間さ」という感覚で、今も選択し参加しています。お陰様で、一人で外出することに、恐怖感がなくなりました。感謝しております。



K.N様

参加活動：釣り・公園散歩・ボッチャ・グランドゴルフ・いちご狩り・ローリングバレー
和希楽会があってよかった。一人で外に出ることはできるけど、誰かと関わる機会になるから。友達ができてよかった。



M.H様

参加活動：釣り見学・公園散歩・ボッチャ・グランドゴルフ・いちご狩り・ローリングバレー
障害者になって18年、和希楽会があってよかった。いろいろな活動があって参加する機会となり、よかったと思う。また、ローリングバレーに参加してよかった。みんなで協力して取り組む体験ができたから。



斎藤洋様

参加活動：ボッチャ・ローリングバレー
20年前、一人で外出したこともない私にローリングバレーを薦めてくれた先生がいます。そして和希楽会に参加しました。その後、数年が経ちボッチャサークルのレインボードリームスを創りました。障がいがあっても自分たちで創る。そして今度は楽しんでもらえたらと思いました。皆さんの前で話をして、障がいの有無に関係ない、ありのままに生きられる社会を創りたいと思っています。これからもよろしくお願いいたします。



鈴木はな子様

参加活動：公園散歩・いちご狩り
私は旭中央病院、九十九里ホーム病院に入院したことをきっかけに和希楽会に入りました。入院中、「私はずっと此処に居たい」（笑）と思う程、スタッフの皆さんに支えられてきました。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。2023年に退院して現在に至ります。和希楽会では季節ごとのイベント、家族同士の助け合いがあって、とても爽やかな気持ちです。これからもこの会と年月を重ねて参りたいと思います。



S.S様の介護者様

参加活動：公園散歩・ボッチャ・グランドゴルフ
和希楽会を知ったのは、向後さんに誘っていただき、公園散歩から始まり、グランドゴルフ・ボッチャも参加させてもらい、少しずつ楽しんでいます。介護する私も、グランドゴルフでは交代をして打ってみると、夢中になっている自分がたびたびあります。これも和希楽会の人たちの親切とスタッフの方々のサポートのおかげです。感謝しております。今では向後さん夫婦・遠藤さん夫婦と時々食事会をして楽しく、おもしろく過ごしています。



飯田美智緒様

参加活動：釣り・公園散歩・ボッチャ・グランドゴルフ・いちご狩り・その他
和希楽会に参加したのは、リハビリ先の方に障がいのある方の交流会があり、引きこもり防止や、横のつながり・ネットワークを構築するという活動目的を聞いたからです。この目的に感銘を受け参加しました。障がいのある方が個々に頑張るのではなく、「サークルを通して、障がいのある方・無い方も全員で楽しむ、交流と可能性の場を！」の活動目的で取り組んでいる事に是非参加し、自身も成長したいと思いました。又、スタッフの熱意・優しさには毎回感謝しかありません。



2025 和希楽会全体集会

2025 年 5 月 25 日、旭中央病院体育館にて「2025 年度和希楽会全体集会を開催しました。例年この時期は暑さや、天候の懸念をしておりましたが、皆様の心掛けが良く、過ごしやすい中での開催となりました。

全体集会ではまず、香取海匠地域の障がい者サークルや団体に活動内容の紹介をしていただき、その後各団体のブースを参加者に自由に見学して頂きました。その次に会場・参加者を 2 つに分かれパラスポーツの「ローリングバレー」「ボッチャ」を交互に体験して頂きました。ローリングバレーは初めて体験する方も多く、ボッチャの方は「(パラリンピックやスポーツニュースなどで) 見たことはある」もののやったことがある方は多くなく、実際に体験することで競技の内容やポイント・奥深さなどを体感することが出来たようでした。最後にウィルチェアダンス研究会「クアルト」の皆さんによるダンスの披露をしていただきました。初めのうちは車椅子の滑らかかつ機敏な動きに目を奪われ、出演者・オーディエンス共にやや緊張感が漂う中でのダンスでしたが、徐々に手拍子などで盛り上がり、「パプリカ」を全員で一体となって踊るなど、観て・踊って、楽しい時間となりました。今回の全体集会を機に、障がいのある方の更なる交流機会・外出機会の増加につながり、より楽しい地域になっていくことを期待しています。





和希楽会釣り部、活動報告！



和希楽会の釣りサークルは、春から夏にかけて、月に一度のペースで活動してきました。毎回の参加者はスタッフ含め6〜7人ほど。顔なじみのメンバーが集まり、釣れたらうれしい、釣れなくても話が弾めばそれでよし、というゆるやかな雰囲気の中で、のんびりと続いています。

4月は長熊釣り堀りセンターでのヘラブナ釣り。魚の食いつきは良く、次々にヘラブナが釣れました。中には手のひらサイズのかわいい小魚もいて、釣れる度に「おっ、またきた！」と声上がり、笑い声もあちこちから。釣果だけでなく、現場の和やかな空気も印象に残る1日でした。

5月は飯岡漁港へ。天気は曇り、風が強くて釣りにはちょっと厳しい日でしたが、それでもキスが1匹釣れました。たった1匹とはいえ、みんなでじっくり眺めて盛り上がる場面もあり、釣果よりも「みんなで海に来た」という満足感が残りました。

6月は銚子漁港(雨天中止)

7月は晴天の猛暑日。じっとしているだけでも汗がにじむほどの暑さの中、釣りを敢行しましたが…この日は誰一人としてアタリがなく、全員ボウズ。それでも、「今どこで釣れてるのかねえ」といった会話が自然に始まり、釣果はなくても時間はあっという間に過ぎていきました。

釣れる日も、釣れない日もありますが、和希楽会の釣りサークルにとっては、それもまた楽しいひととき。ときどき顔を出して会話だけ楽しんで帰る人もいたりして、道具がなくても歓迎される、そんなゆるやかな空気が流れています。これからも、月に一度のペースで、笑ったりぼんやりしたりしながら、心地よい時間を重ねていく予定です。



全体集会の内容をまとめたパンフレットと動画を配信中！

以前に開催した和希楽会全体集会の内容を、全体集会に参加できなかった方やもう一度見たいという方の為に、動画を作成しました。また、内容をまとめたパンフレットを作成し、ホームページからPDFをダウンロードできます！車椅子でもまわれるオススメの観光スポットが盛りだくさんですのでぜひ活用し、お出かけしてみてください！

【動画視聴用QRコード】⇒



飯高檀林見学散歩



令和7年4月19日、和希楽会マッチング活動、『飯高檀林見学散歩』を4年ぶりに開催しました。参加者はスタッフを含め9名。当日は天気も良く、歩くと汗ばむ陽気でした。講師は和希楽会の藤崎宏道さんをお願いし、『飯高寺』の創設～現在に至るまでの歴史や建築物の構造、「平成の大改修」のお話などを詳しく教えていただき、当時の学僧さんたちの様子が目に浮かぶようでした。当日は特別に普段なかなか見学できない講堂の内部も見学させていただき、建物内の様子や設えについても教えて頂きました。講堂裏では牡丹園の牡丹の花も咲き誇り、旬の太いタケノコの販売もありました。駐車場から敷地までの坂道や講堂～総門までの参道を往復し、歴史を学び、自然を満喫し、体も頭も鍛えられた一日となりました。



好ゲームの連続！「ボッチャ」旭市で開催！



令和7年6月28日、旭中央病院体育館にて和希楽会マッチング活動、ボッチャを開催しました。全体集会で体験したことや、旭市近隣のお住まいの方が多いこともあり前回よりも大勢の方にご参加いただきました。今年は「から梅雨」で、当日も会場内はまるで真夏の様な暑さでしたが、大型扇風機で外気の涼風を取り込み、他にも数台扇風機をまわしながら実施しました。4チームに分かれ、2つのコートで総当たり対戦形式でプレー。ストレートに転がしたり、バックspinをかけるように転がすなど、ボールの投げ方を工夫し点数を競っていきました。試合はどれも接戦で、延長戦で勝負を決する展開に。また2連勝中のチームと、



2連敗中のチームの戦いでは、2連敗中だったチームが金星をあげる展開になりました。シンプルな競技ですが、簡単そうで難しい、奥深い競技です。次回は11月15日、会場は山田B&G体育館（香取市）で開催します。興味のある方は初心者でも全く問題ありませんので、ぜひ遊びに来てください！



和希楽会グランドゴルフ

令和7年4月26日(土)に和希楽会マッチング活動『グランドゴルフ』を開催しました。今回もスタッフ、ご家族を含め総勢23名と大賑わいの会となりました。回を重ねるごとに、準備、ラウンドもスムーズとなっていき、50m近いロングホールではピンそばまで寄せるナイスショットも数多く見られました。以前まで東洋ゴルフで活動していた「ゴルフサークル」から手軽に始められる「グランドゴルフサークル」へ移行し、また活気が戻ってきたように感じます。次回のグランドゴルフにもたくさんのご参加をお待ちしています。

和希楽会 参加者募集中！ ホームページでも活動内容・和希楽会ニュースを閲覧できます

イベントへの参加やニュース配布希望の方はご連絡ください！

「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。家の中にこもっているのではなく、どんどん外に出るための会で、活動時には体の状態に応じてスタッフがサポートさせていただきます。ひとりではなかなか出来なくても、似た境遇のメンバーで集まってお話や情報交換をしたり、一緒に体を動かす・外に出るだけでも気分転換にもなるし、元気が出ます！活動は年に1回の全体集会和、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。希望者には直接ニュースを送付致します。

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



ホームページ⇒



和希楽会マツチング活動のお知らせ

参加される場合は準備などの都合上、事前の申し込みをお願い致します！

- 急な中止の連絡をする場合がありますので、参加希望の方は各申し込み先へ、事前の申し込みをお願いします。
- 保険は掛けませんので参加の際の怪我などには十分ご注意ください（事故の際の責任は負いかねます）。

参加申込み締め切り：各イベント開催日の10日前 夕方5時まで



和希楽会釣り部

今年の活動もあと2回！興味のある方はぜひご参加ください。初心者・見学者大歓迎！道具は貸し出します。

9月：銚子漁港周辺 夕食のおかずをGET！万が一釣れなくてもウォッセ21ではんぺんをGET！

日時：令和7年9月21日（日） 9時～12時（受付8時45分～）

集合場所：ウォッセ21 駐車場

参加費：無料（餌を購入する場合は実費3～500円程度）

10月：長熊釣り堀センター 大きなフナとの駆け引きを楽しもう！

日時：令和7年10月19日（日） 8時30分～12時
（受付8時15分～）

場所：長熊釣り堀センター（旭市萬力3566-1）

参加費：道具代込み3000円、
道具（さお、しかけ）をお持ちの方1500円（場所・餌代）



釣り部共通事項

持ち物：タオル、水分、帽子、汚れても良い座布団、体温調節用の上着、サングラス、汚れてもいいタオル、簡易の椅子

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 ※雨天の場合は中止

申込先：九十九里ホーム病院 理学療法士 林憲明（TEL:0479-72-1131）

旭スポーツの森公園散歩！

春は雨天で中止に…今回はその分まで歩きましょう（笑）。体力測定をし、終了後に記録証をお渡しします！

日時：令和7年10月25日（土） 9時30分～11時（受付9時15分～） ※雨天中止

場所：旭スポーツの森公園 ※体育館前広場のベンチ付近集合

定員：20名程度

参加費：無料

持ち物：水分、タオル、動きやすい服装

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します

申込先：九十九里ホーム病院 作業療法士 木内智史（TEL:0479-72-1131）



グラウンドゴルフ！

ルールと方法は簡単！少ない打数でいくための戦略は奥が深い、、、車椅子での参加も OK です！

日 時：令和 7 年 11 月 1 日（土）14 時～16 時（受付 13 時 45 分～）※雨天中止
場 所：光文化の森公園 芝生広場
定 員：10 名程度
参加費：100 円（会場・道具使用料）
持ち物：水分、タオル、動きやすい服装
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します
申込先：聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太（TEL:0479-79-1905）



ボッチャ！

誰でも出来るユニバーサルスポーツです。初めての方でも参加大歓迎！今回は香取市にて開催します。

日 時：令和 7 年 11 月 15 日（土）13 時 30 分～15 時 30 分
場 所：山田 B&G 海洋センター体育館
定 員：20 名程度
参加費：300 円（会場・道具使用料）
持ち物：水分、タオル、動きやすい服装
申込先：九十九里ホーム病院 作業療法士 木内智史（TEL:0479-72-1131）



いちご狩り♡

甘～いいちごでビタミンをたっぷり補給し、感染症を予防しましょう！お子様連れや、車椅子でも OK です！

日 時：令和 8 年 2 月 22 日（日）10 時～（受付 9 時 45 分～）
場 所：川口いちご園（旭市鎌数 8695）
定 員：20 名程度
参加費：1500 円
持ち物：マスク、手拭き、タオル、水分、動きやすい服装
備 考：車椅子での参加 OK。車いす用トイレ完備。いちご狩り時間は 30 分間。
申込先：聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太（TEL:0479-79-1905）



旭市袋公園 お花見散歩

桜が咲いている(予定)旭市袋公園の池の周りを散歩します！体力測定はしません(笑)。

日 時：令和 8 年 3 月 29 日（日）※雨天中止 9 時 30 分～11 時（受付 9 時 15 分～）
場 所：旭市袋公園（旭市江ヶ崎） ※第一駐車場（広い駐車場）に集合
定 員：20 名程度
参加費：無料
持ち物：マスク、水分、タオル、動きやすい服装
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（申し込みがあった方のみ）
申込先：旭中央病院 理学療法士 塙・渡邊（TEL:0479-63-8111）





早春の風物詩 ～いちご狩り～

2025 年 2 月 23 日に和希楽会マッチング活動「いちご狩り」に行ってきました。

今回は例年よりやや大粒で甘酸っぱいいちごが多く実っていて、どれを食べようか迷ってしまうほどでした。自分の手で摘んだ、採れたてのいちごはとてもみずみずしく、ついつい食べ過ぎてしまいお腹いっぱいで大満足な会となりました。

寒い時期ではありましたが、久しぶりに顔を合わせる友人と楽しく過ごす時間はとても幸せで、お腹も心も満たされる本当のいい一日でした。

また来年もこの時期を楽しみに、皆さんとお会いできることを楽しみにしています。



【編集後記】

▼今号は和希楽会ニュース30号記念号となり、和希楽会の過去の写真や、参加者の皆様からのコメントを掲載させていただきます。ご協力くださいました皆様ありがとうございます。▼掲載させていただいた15年前のの写真と比べて、現在の皆様のご様子はいかがでしょうか？痩せた？太った？歳とった？いえいえ、皆さんそんなに変わっていないような気が…むしろお元気になっているように見えますよ！あらためてこうして写真を眺めると、色々な思い出が生まれましたね。▼これからも、より多くの方を巻き込んで、だれでも参加できる楽しい会を作っていきたいと思えます。皆さんの意見やアイデアがこの会の原動力となりますので、イベントに参加した際にスタッフにお声掛けください。斬新なアイディアをお待ちしております。▼今後もみんなで長く、楽しく継続していくために、「健康第一」で、食事と運動のバランスを保ち、生活リズムを整えて、ストレスを溜めずに、楽しく笑って生きていきましょう！