

## 鶴尾小学校放課後子ども教室

◎開催日：平成29年5月～平成30年3月

◎場所：鶴尾小学校体育館

放課後子ども教室に関わらせてもらい、感じた事は『自分を見てほしい・認めてもらいたい』という子ども達の想いです。その為、子ども達は色々なアピール方法を取り、また、大人の言動をよく観察しているということ。子ども達は本当に真っ直ぐな心で私達大人にぶつかり、自分の存在を確認します。それがすごく愛おしく、同時に身が引き締まります。その為、子ども達と関わる時間は、私を成長させてくれる大切な時間。これからも子ども達の変化やサインに気づき、共に成長できるよう子ども達と関わって行きたいと思えます。

鴨 明美



## リフレッシュ教室

◎開催日：平成29年5月～平成30年3月

◎場所：鶴尾小学校体育館

車通勤で1日中座って事務仕事。休日でもできれば外出せず家にもって読書や昼寝などゴロゴロして過ごしたい、そんな私が唯一身体を動かすことをしているのが月に1度のリフレッシュ教室です。

高齢者向けと思われる音楽に合わせての簡単な体操や顔ヨガ・Wiiダンス等で身体の色々な所が伸びるのを感じます。軽く息もあがって日頃の運動不足を毎回再認識していますが私にとっては心身ともにスッキリする、文字通り良いリフレッシュの時間です。

藤本朋子



## 手話サークル

◎開催日：平成29年5月～平成30年3月

◎場所：かがわ総合リハビリテーションセンター

月2回の手話サークル！パートの仕事を終え頑張って家事をこなして三豊から高松へ向かいます。

笑いあり…笑いありの和気あいあいのサークルです。初回から参加していますが成果は三歩進んで二歩下がる状態です。でも少しづつですが結果が出ていることは実感しています。私の場合は頭の老化予防が一番です。二十代の若人から六十代の元若人まで同じ目標に向かって脳を活性化しながら指の運動にと頑張っています。さらスポーツクラブの皆さん、私たちと一緒に手話サークルに参加してみませんか？

近藤美和



## クリスマス会

◎開催日：平成29年12月23日(土) ◎場所：かがわ総合リハビリテーションセンター

うどん県、男性DUO「Tossy&Jhonny」の歌声に、どっぴり酔いしれながら始まったコンサート。毎年好評の「飲み物販売」に、さらスポーツクラブメンバー、はりきって取りくみました。コーヒー・紅茶・オレンジジュース・アップルジュースに、新メニューとして「ホットカルピス」も販売。

大正琴、サンタのお姉さんサックス演奏、よさこいダンス「でけでけ隊」、リハセンバンドのクリスマスソングメドレー…と、どんどん聴衆の方が増えていき、倉庫からイスを運んできて追いつかず、立ち見もでる、大盛況。さらメンバーも、その熱気にウキウキしながらの、差し入れのお菓子のホッコリしながらの、クリスマスコンサートでした。

榎本



## 募金活動のお礼

私達「さらスポーツクラブ」では、27・28・29年度の1～3月の3か月間「人とのつながりによる社会参加に向けた孤立解消推進事業」を掲げたテーマで募金活動を行って来ました。高松駅前、丸亀町一番街ドームでのチラシ配布設置に伴ってご協力、ご寄付下さいました皆様へ厚く厚くお礼申し上げます。また、いただきました募金は、誰もが住み慣れた地域で安心して楽しく過ごして頂けますように活動費に使わせていただきます。支援して下さいます皆様のおかげで「さらスポーツクラブ」は、今年で10周年を迎える事が出来ました。本当にありがとうございます。

助成金担当 城山

## さらスポーツクラブ入会の感想

私が、さらスポーツクラブに入会したきっかけは、会員である大学の先生に紹介いただいた手話サークルでの活動でした。サークル活動やイベントなどに参加することで、皆さんが和気あいあいと楽しんでいる姿をみて、私自身も心から楽しむことが出来ました。この活動を通して様々な方々と出会うことができ、交流を持てたことが何よりも私の喜びです。

吉本茉莉永

## 編集後記

平成29年度も会員の皆様のご協力を頂き「さら新聞」の発行を無事に進める事が出来ました事、心より感謝申し上げます。平成30年度も皆様の繋がりを広げて行ける「さら新聞」をお届け出来る様に勤めて行けたらと思っています。

新聞担当一同

## さらスポーツクラブが目指しているもの

全ての人(子どもから高齢者に至るまで、障がいの有無に関わらず)が能力に関わらず生涯に渡り、気軽にスポーツ文化活動に携われる環境の場を提供すること、また世代や障がいの枠を越えた交流を通じて相互理解を深めることにより、つながりを持ちお互いの可能性を広げることを目的としています。

ご意見・ご感想： ☎087-813-5016 E-mail [sara.takamatu@nifty.com](mailto:sara.takamatu@nifty.com)

発行責任者： 高岡憲美・光吉直哉・中田賢二

