

# 第9回みんな笑顔で運動会

◎開催日：令和元年11月23日（祝・土）

◎場所：かがわ総合リハビリテーション福祉センター 体育館

わたしは赤チームのリーダーになりました。いちばん楽しかったのは、「お玉で玉はこびゲーム」です。このゲームではみどりチームのいぶきちゃんとペアになりました。いぶきちゃんはおとさなかったけどわたしは3回もおとしてしまったけど二人できょう力してできてうれしかったです。次に楽しかったのは、「かそうゲーム」です。

わたしはチンパンジーでした。おもしろいかそうになってたのしかったです。じゅんぴ体さうの「YMCA」が楽しかったです。

また来年もみんなでいっしょにさんかしたいです。



宮脇 菜由

わたしはオレンジチームのリーダーになりました運動会で一番楽しかったのは、大玉ころがしとボール運びです。大玉ころがしは右や左に行かないよううまくできてうれしかったです。ボール運びは、ちがうチームだったお父さんと一緒に落とさないようがんばって走れてうれしかったです。次に楽しかったのは、仮装リレーでした。カードに書かれていたのはサルでした。サルのマスクで面白かったです。むずかしかったのは、ボール落としです。最後の方になるとボールが穴から落ちないのでみんなで協力して手かげんしながら引っ張ったり、ゆるめたりしながら落とすゲームでした。いろいろなゲームができて楽しかったです。4位だったけど来年もがんばりたいです。

宮脇 由菜

11月23日にさらスポーツクラブの運動会がありました。今年は友達もいたのでさらに楽しかったです。一番心に残ったのは、関門とつばラインゲームです。3コの間があったけど2回やって、1コ目の間しか通らなくてとてもくやしかったです。玉いれでは赤チームといっしょになり、ぼくの弟も玉をいれていました。

さいごに玉ころがしをしました。おたまに玉を入れて走るととバランスボールをおなかにはさみ、手をつないで走ると大玉をころがしながら走る3種類です。ぼくは大玉ころがしをしました。思い通りに動かなくて苦戦しました。来年は5年生になって、あと運動会に行くのもちょっとなので弟と参加したいです。 久保 海翔



今年の運動会、私は緑チームでした。始まりのダンスは「ヤングマン」という曲に合わせて「Y.M.C.A」という文字を体で表しながら踊りました。とても楽しかったです。

最後の玉ころがしは赤チームの友達と一緒に転がしました。同じ2年生同士だったので気が合って上手に転がすことができました。

今年は3位だったけどチームのみんなと楽しくできたので良かったです。

来年は1位目指して頑張りたいです。

廣瀬 いぶき



## ちょっと一息お茶をどうぞ

♡軽～読み♡(笑)と(怒り)♡

私は、余り怒りを口にしない方だと思う。しかし、其れが精神・肉体的に自分にとって良い事なのかは？です。まだ若かりし30代の元気はつらつだった頃の事。わが子を含め、近所の子供たちと一緒に長い階段のある小山へお散歩。また近くの公園で色んな事をして遊んだ。その中に、私の気を引くために、悪戯をする子がいた。それを私は本気で叱る事はしなかった。そのことをストレスと感じたことも無い。その日も、長い階段のある小山へ行き楽しく過ごした。21時のニュースで俳優さんの不幸を伝えている。私の体から血の気が引いた。脈がトントンと早打ち。こんな事初めての事。救急車を呼んだ。不安感や脈拍の早打ちは、それから時々起きた。病院での教えは、ストレス発散の為に『無心に成れる楽しみと笑える事の大事』を言われた。いつの間にかそれらの症状は治って今の私がある。先日(11月10日)、ふうせんバレー教室で、「ぼーっと生きてんじゃないよ」と私が言うと、「うわ～怖い」と色々な合いの手を入れてくれる〇〇君。沢山笑ったね。周りの人たちも沢山笑ってくれたね。沢山のストレスを遠くまで飛ばしてくれてありがとう。感謝で～す。 高岡

## 編集後記

今年も残り僅かとなりました。この新聞が会員皆様の手元に届く頃は、年末の忙しい時期ではないでしょうか。今年は特に自然災害が目立った年のように思います。大きな台風や大雨など各地で被害が出ました。この場をお借りしてお見舞申し上げます。

来る年は明るい話題が多い年になるように願います。今年もさらスポーツクラブの事業に参加ご協力頂きましてありがとうございました。来年もよろしくお願い申し上げます。 中田

## 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

