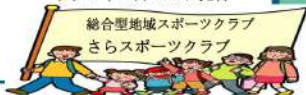


第29号

令和2年9月20日発行

さら新聞



ふうせんバレーサークル

◎日時：令和2年7月12日（日）～令和3年2月21日（日）9：30～12：00

◎場所：高松市立鶴尾小学校体育館

★新型コロナウイルス感染に気をつけながら活動をしています。クラブの教室・サークル活動がスタートしました。感染拡大防止に向けた取組みを紹介します。ふうせんバレーサークルでは、来場時には手指の除菌をおこないます。

受付時に、体調を確認し体温を測り、参加者リストに記入します。準備体操時は、密にならないように距離をとりながら体操です。

参加者の荷物などは、休憩中に「密」にならないように分散して置くようお願いしています。参加者の荷物などは、休憩中に「密」にならないように分散して置くようお願いしています。熱中症にも注意が必要です。サークル実施中はマスクの着用は無理のない程度していただいています。

他のサークルや教室も「密」にならないように実施しています。今後、イベントも開催していきます。参加される皆さんと一緒に感染を予防し拡大を防止していきたいと思っております。ご協力お願いしています。



熱中症測定器

手話サークル

◎日時：令和2年5月～令和3年2月

◎場所：かがわ総合リハビリテーション福祉センター

フェイスシールドとフェイスマスクをつけて、手話サークルは実施しています。



さらスポーツクラブの紹介

私たちのクラブでは全ての人（子どもから高齢者まで障がいの有無に関わらず）が世代や障がいの枠を超えた交流を通じて、つながりを持ち可能性を広げていける社会（こころのバリアフリー）を目指しています。

会員の皆さんが参加してくださるクラブのイベントは実行委員がアイデアを持ち寄り参加者全員が楽しめるように準備や工夫をしています。

その他に「さらスポーツクラブ」を多くの方に知ってもらうため、講師派遣（出前教室）・社会貢献事業（未来ある子ども達にゆめと希望の贈り物！）・街頭募金などの活動をしています。

今年度は住友生命健康財団助成金を受け、香川県内いくつかの保育園・幼稚園や小学生の放課後子ども教室へ出向き、ふうせんバレーを体験してもらいました。

今後も会員の皆さんにはこのような外部への活動にもご理解・ご協力をいただきながら魅力あるクラブへと成長していきたいと思っていますのでよろしく願いいたします。

田村 治仁



今後の活動予定

◎発見体験ウォーキング・ユニバーサル体験旅行合同「模擬競り体験 総本山善通寺散策」

日時：令和2年9月22日（火・祝）8：30～17：00

場所：香川県善通寺市

◎第6回ふうせんバレー大会

日時：令和2年10月11日（日）9：00～12：00

場所：高松市立鶴尾小学校体育館

新型コロナウイルス感染拡大防止の自粛生活の中、大変な日々を過ごしていることと思います。その中で感染に気をつけながら、第6回ふうせんバレー大会を開催いたします。

ふうせんバレーは直径40cmのふうせんを使って、高齢者から子供までみんなで楽しめるスポーツです。

開催には「3密」をさけ消毒に気をつけ、体温の測定、体調の確認をして参加リストを作ります。また、マスクは運動をしますので無理のない様になさいます。

感染拡大防止を心がけながら参加される皆さんと一緒にふうせんバレーを楽しみたいと思います。皆さまの参加をお待ちしております。

※イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染予防で「アウトドア」「みんな笑顔で運動会」は3密を避けることが難しいため、今回は中止とさせていただきます。ご理解とご協力をお願いいたします。

コロナ禍の中で思うこと…

「コロナ禍」という聞きなれない言葉が世の中に広まりはじめて約5か月。最初は慣れなかつたマスクも、今は当たり前のような感覚でサッと着用しています。

この期間中、様々な体験を通して感じたことがあります。それは「人と人の繋がり」の有難さです。

仕事があること、子供が学校に行くこと、離れた親族・友達に会えること、旅行に行くこと。当たり前でできていたことができなくなり、溜まっていく疲労とストレスと不安。しかし、それらは子供のマスクを送ってくれた友人や小学校の休校中にお世話になった学童保育の先生方に感謝を伝え、自分にもできることを考える時間を持つことによって少しずつ解消していきました。

まだ先が見えない状況ですが、感謝の心を忘れずにがんばっていききたいと思っています。

廣瀬 早織

新型コロナウイルスも怖いけど熱中症も怖いですね!!

この夏1ヶ月位で1,000人位の方が熱中症で亡くなり、コロナで亡くなった方は今迄で1,000人を越えたみたいです。熱中症は来月にもなると無くなってきますが、コロナはいつまで続くのか分からないので心配です。

最近、私達の年代になると終活する方が増えてきているように聞きます。先日、友人と電話で話したのですが、友人が「自粛生活なので終活を兼ねて要らないものを沢山捨てていったので、家中がさっぱりしたよ。押し入れもスッキリしたよ。」と言うので、私が「もう捨てる物が無いからと言ってお父さん(主人)迄捨てたら駄目だよ」と言うとう主人も「わしもそのうち捨てられそうやのう」と言っていたそうで大笑いになりました。

私の終活は死んだら良い所に行けるように(?)と仏教の勉強を始めました。お釈迦様の説かれた仏法をお寺に行くのではなく、スマホやタブレットで聞かせて頂いています。聖徳太子や一休さんの話などもあり楽しいです。

自粛生活で一番心配な事は、ますます歩く事が少くなり脚力が無くなってきた事です。

早く元の生活に戻れると良いですね。又 皆に会いたいなあ!!

宮脇 泰子

4月下旬コロナ禍の中、骨折をしてしまい2ヶ月の間動けないという生活を過ごしました。その間、読書に耽ったのですが、私は時代小説が好きで、特に江戸時代が好きです。一日中小説を読んでいると、望遠鏡で、その時代に生活をしている人々を覗いているような感覚になりました。

マッチすら無いので、夏でも火鉢があり、井戸での洗い物や、川まで行ってする洗濯の様子になったりすると、今の私の生活は、衣食住を、文明の利器に頼りすぎているなあと、つくづく実感しました。そして文明の利器は私から生きるための知恵を、取り上げたりはしていないのだからかかとふと思ってしまいました。なのに、リモコン操作でエアコンを調整している私です。

半田のひとりごと



毎日、大変暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしですか。

今年は新型コロナウイルスが発生し、今までとはまったく違う生活になり、不安な日々を過ごしています。

人ごみに出ることが出来ないで、家の中で運動するようにしたのですが、私も慎之介もあまり気のりせず、三日坊主になります。それなら、人のあまりいない公園に行って散歩したりしていました。ただ暑くなり、それも出来なくなり今は実家が海のすぐ近くなこともあり、海水浴に休日は行っています。

「さら」の活動も再開となり、参加したいとは思いますが、もう少し様子を見てからと思っています。以前の様に気軽に参加出来る状況になることを本当に願っています。

皆様、手洗い・うがいをしっかりとって乗り越えていきましょう!! 久米 志保・慎之介

今年の新型コロナウイルスによる自粛期間中は、どこにも外出できず、息子の大学の授業も始まり、行事も次々と中止になり、家族みんなストレスがたまって大変でした。そんな中、少しでもストレスを発散しようと、美味しい物を食べ、プチ贅沢をしました。

自粛期間が明け、学校も始まり、感染対策をしっかりとりながら、「さら」の行事にも参加できるようになり、少しずつ気が晴れてきたように思います。さらスポーツクラブで、コミュニケーションを取れる場所があり良かったなど、つくづくありがたいと思いました。

これからも、たくさんの方の行事に参加できることを親子で楽しみにしています。 森岡 志織

編集後記

新しい生活様式にも少しずつ慣れてきた今日この頃です。これまでの人生の中で一番清潔で、周りの物もきれいにしているとはっきり断言できます。

私の職場では様々な行事が新型コロナウイルスの影響で中止となっていました。6月からは対策をとった上で小規模の行事を再開し、8月からは中規模の行事も再開しました。参加者の方からは「色々な行事が中止になる中でありがたい。」との声が聞かれました。心身の健康のためにも参加の機会を待っている方が多くいらっしゃる事がわかりました。

さらスポーツクラブでもイベントを再開しています。参加者の皆さんにも協力いただきながら、できる限りの対策をとっています。また皆さんに会えること、一刻もはやいコロナの終息を祈っています。

光吉

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

発行責任者: 高岡憲美・光吉直哉・中田賢二



第30号

令和2年12月20日発行

総合型地域スポーツクラブ
さらスポーツクラブ



さら新聞



発見体験ウォーキング・ユニバーサル体験旅行合同

日時：令和2年9月22日（火・祝）8：30～17：00

場所：香川県普通寺市

みんなで行った競り、普通寺

久保 海翔

僕は9月22日に模擬競り体験や総本山普通寺散策へ行きました。
まず、競りを体験しました。欲しい魚が欲しい値段で買ったのでうれしかったです。見たことない魚やスッポン、大きな魚が見れたのでとても楽しかったです。
次に普通寺散策へ行きました。おみくじで小吉だったので次は大吉をひきたいです。家族へのお土産も買ってうれしかったです。また、さらスポーツクラブでいろんな活動をしたいです。

楽しかった発見体験ウォーキング

久保 匠

僕は9月22日の4連休最後の日に、坂出市では模擬競り体験をやり、普通寺市では総本山普通寺で散策をしました。模擬競り体験では鯛は4匹、タコは3匹、鯉のたたきは1つで合計5,000円ぐらいで競り落とすことが出来たのでうれしかったです。普通寺ではおみくじをやり、吉をひきました。その後お参りをした後、戻っていると少し行列が出来ていたので行ってみると、せんべいのようなお菓子を売っていました。角パンというお菓子を買って食べると固かったけど美味しかったです。また、イベントがあったら参加したいです。

心に残ったもぎせり体験

細川 里子

私は、初めて、もぎせり体験をして、学校で習ったのとちがって香川県は値だんが上がっていくのではなくて下がっていくせりだと気づきました。せりのおじさんが金額を言うのでほしい値だんで札をあげるとその値だんでもらえました。私は、タイとタコとマグロの切り身としらすを買いました。

次にぜん通寺にバスで移動しました。着いたらまず記念さつえいをしてから自由行動をしました。五重の塔があつてとてもきれいでした。本堂に行っておさいせんを入れてお参りをしました。そして、おみくじをしました。そうしていたら時間が来たのでバスがいる所まで歩いて行きました。疲れていたの帰りにバスでねてしまいました。今回も楽しく参加できました。また行く時やさらスポーツのイベントがある時誘ってもらって参加して何かの手作り工作などをしてみたいです。

第6回ふうせんバレー大会

◎日時：令和2年10月11日（日）9：00～12：00

◎場所：高松市立鶴尾小学校校体育館

川井はるな

わたしはふうせんバレーたいかいで2位をとりました。チームみんなでふうせんをわたしあつて力いっぱいがんばりました。2位をとれてうれしかったです。つぎは1位めざしてがんばります。

宮脇 由奈

私達のチームは風船バレー大会で1位をとりました。大会で試合した中で1チームとだけ同点になりました。同点なので弟と相手チームの子がじゃんけんをしました。そのとき勝ったおかげでほかの4チームとたたかった中で全て勝って1位をとることができたので、とても嬉しかったです。お父さんと弟と同じチームで楽しかったです。チームのみんなと名前を呼び合いながら力を合わせてがんばりました。次も頑張って1位をとりたいです!!



五年 熊野 愛菜

今日は、車いすに乗っている人やうまく言葉が話せない人や、おじいさん、おばあさん、小学生、ようち園の子達が参加している、風船バレー大会に友達と出ました。

私のチームは、車いすに乗っている人はいなかったのですが、相手のチームにはたくさん車いすに乗っている人がいました。車いすに乗っている方は、遠い所にうまく届かないので、他の人が近い所にパスして、全員協力合っていて、すごいと思いました。私達も負けないために、他のチームより声出しをがんばりました。ボールがほしい時は「はい」と大きな声を出してパス合いました。声出しをしたのでパスが続けられて、良かったと思いました。

他のチームもとても強くて、ようち園の子でもパスが上手な子がいて、おしくも五チーム中、三位でした。最後には手作りのメダルをもらいました。うれしかったです。おやつもたくさんもらって楽しかったです。ありがとうございました。

オレンジチーム 大西健次郎

新型コロナウイルス感染の影響で軒並み行事が中止となる中、きちんと感染対策をとって開かれた風船バレーボール大会、まずは開催を実現して下さった実行委員の方々にお礼申し上げます。みんなで集まりたい体を動かしたいという気持ちが大会開催につながったように思います。試合は、最初はつながらず上手いかわからない場面もありましたが、徐々に調子を上げ長いラリーが続くようになりました。風船バレーの一番良い所はみんながボールに触ること、みんなが主役であることです。短い時間でしたが、楽しい時間を過ごすことができました。

地引網体験に参加して

◎日時：令和2年11月1日（日）10：00～14：00 ◎場所：津田の松原海水浴場

担当職員 大野 幸太

この度は御招待頂きありがとうございます。就寝前には「今日は楽しい一日だった」と話しており、心に残る一日となったと思います。ありがとうございました。

魚釣り(じびきあみ)をして、思った事が2つあります。

川満 大海

1つ目は、じびきあみは、引っぱるのがすごくかたくて、痛くても頑張っついに、魚を見た時、大きい魚ばかりで、たこもいっぱいとれて、小さいいが10びき以上いて、すごい大りように釣れてうれしかったです。(^^)

2つ目は、魚をもってかえった数は9ひきで、11月にさしみにして、おいしい魚がありました。またいつか行きたいです。

平岡 葵友

私は、さらスポーツに11月1日に行きました。さらスポーツでは、魚をとりました。昼ごはんは、おいしいパンを食べました。そして、その後に砂はまで遊びました。おにごっこなどをして楽しかったです。さいごに、ビデオを見て魚をもってかえりました。とった魚でおさしみにしたり、油であげたりしてとても楽しかったです。

完成した物を食べてみると、とてもおいしかったです。でも、作る時に、どうやってさばけばいいのと思ってきくとほうちょうで手をきってとても良かったです。次、作る時は、ちゃんと切りたいなと思いました。でも、今日は楽しかったので、また来年も行きたいなと思いました。今日、手伝ってくださった人たちにまた会ったらお礼をいいたいと思いました。

道下 輔

今日は、さらスポーツにいきました。さいしょにじびきあみたいけんをしました。魚がとれておもしろかったです。はじめて魚をさわりました。ざらざらしていました。そして、ごはんを食べました。さいごにドローンがうつしたテレビを見ました。すごくてのしかったです。またさんかしたいです。

楠 のあ

じびきあみたいけんでは、たくさんさかながとれました。たいはちよつとかたかった。たこはみためうにょうによしていました。また、さんかしたいです。ボランティアのおねえさんたちとまた、あそびたいです。

斎藤 翔奏

ぼくは、さらスポーツにいきました。じびきあみでたくさんさかなをつりました。おいしかったです。みんなといっしょにおもいでをつりました。いいおもいでだと、おもいました。つったさかなは、もってかえっておさしみにしました。ひとりでおさしみをきりました。おいしかったです。

発見体験・地引網フォト

地引網体験



発見体験



今後の活動予定

●わいわい手作り教室

日時：令和3年1月11日（祝・月）14：00～

場所：かがわ総合リハビリテーションセンター2階 第1研修室



編集後記

今回の『さら新聞』は、大勢の子ども達が原稿を寄せてくれ「うん・うん楽しそうだったね」と、ホッコリしながら原稿を拝読致しました。感謝です。沢山の体験や経験を重ねることで成長されることをお祈りしています。

コロナウイルスに関しては、まだまだ先の見えない状況ですが、ネガティブに成らずに時を過ごしましょう。
高岡

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

発行責任者： 高岡憲美・光吉直哉・中田賢二

