

# 和希楽会ニュース



## 的玉めがけて繰り広げられる熱戦!

### 〜ポッチャ体験会〜

令和六年十一月十六日(土)に和希楽会マッチング活動『ポッチャ』を開催しました。これまで全体集会などではおなじみでしたが、マッチング活動としては初めての企画となりました。当日はポッチャサークル「レインボードリームス」のメンバーに加え、ポッチャ初体験の方もご参加くださいました。パラリンピック等でご存じの方も多いかと思いますが、白い的玉に自チームの球をいくつ近付けられるか?でスコアが決まります。的玉をどこに置くか?自分たちの球をどこへ置くか?プレイヤーは「球を転がす」だけのシンプルな競技ですが、非常に戦略的なスポーツです。そのため、十一月でしたが、体育館は参加者の熱気で(??)暑いくらいでした。「的玉の近くの場所にめがけて...」「相手の球をはじいて...」など、テレビで見たプレーを思い描いて球を転がしはするものの、球は狙った方向とは異なり明後日の方向へ...(笑)。なかなか思い通りにはいかないのが、また楽しいところでもあります。しかし後半に近づくとつれてナイスショットも多くなり、熱戦が繰り広げられました。ポッチャサークルの代表、齋藤キャプテンは「今後は和希楽会でも年に2回ぐらい開催したい!」と意気込んでいました。手軽に始められるユニバーサルスポーツですので、興味のある方は次回ぜひご参加ください!



# 練習の成果で上達中！和希楽会グランドゴルフ！



2024年10月26日に光文化の森公園芝生広場（横芝光町）にてグランドゴルフを開催しました。屋外活動には丁度いい気候で、今回は障がい者9名、家族、スタッフ、子供たちを含め総勢22名の参加となりました。ボールは止まっているはずなのに、いざ打ってみるとクラブに当てるのはなかなか難しいし、とっても奥が深いスポーツです。この前は調子が良かったのに、今日の調子はイマイチなんてことも……。なんだかリハビリにも似ていますね。何事もコツコツと継続していくことが上達のコツかもしれませんね。

皆さん、回数を重ねるごとに1ホールの打数が減ってきているので、コツコツ練習が成果を出し始めているようですね。はじめての方のご参加も大歓迎です。

散歩の会などでの成果を、次はグランドゴルフで発揮してみたいでしょうか？



## 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】⇒



# 海へ！釣り堀へ！和希楽会釣り部、活動報告！



皆さんこんにちは和希楽会釣り部です。今回は10月に行った長熊釣り堀センターでのヘラブナ釣りと、9月に行った銚子外港でのサビキ釣りの報告をさせていただきます。まず、9月は銚子外港のウォッセ前でサビキ釣りを行いました。この日は快晴でしたが外気温が高く屋外で活動するには過酷な天気でした。釣果の方はハゼが良く釣れており参加者・スタッフ共にハゼを複数釣り上げることが出来ました。10月のヘラブナ釣りは、朝から小雨がぱらつき、風も強く寒さが厳しい天候の中でを行うことになりました。ヘラブナ釣りは仕掛けの浮きの動きを頼りに、魚からのあたりや餌の有無までみる繊細な釣りです。当日は風が強かった影響から常に水面が波立ち、浮きが常に動いている様な状態で、釣りをするには過酷な状態でした。長熊釣り堀センターは管理釣り場なので、魚からのアタリはあるものの、周りの方々も普段よりも数が釣れない状況のようでした。釣果としては、最も釣れた人で2枚のヘラブナを釣り上げ、釣果としても厳しい会となりました。2回共に天候的には過酷な状況となりましたが、自然環境に身を置くことで季節感も体感できるのも良い機会なのかもしれません。2024年の釣り部の活動はこれで終わりです。いつも参加して下さる皆様や手伝ってくださるスタッフの皆様本当にありがとうございました。2025年も4月から例年通り長熊釣り堀センターでのヘラブナ釣りと飯岡みなと公園や銚子外港でのサビキ釣りを予定しています。未経験の人でも釣りを楽しみやすい内容になっていますので、皆様の参加をお待ちしています。



# 和希楽会オンライン忘年会

令和6年12月8日(日)に和希楽会マッチング活動『令和6年 オンライン忘年会』を開催しました。今回、和希楽会の活動に積極的に参加している方や、全体集会に参加して下さっている方などが参加してくださいました。

参加者には、グランドゴルフやポッチャなど、和希楽会での活動以外でも個人で活動されていたり、参加者同士で練習したりしている方もいらっしゃり、「もっと開催頻度が増えたらいいな」と意見をいただきました。開催場所も、「遠いと移動する手段が大変だ」など、移動に対する課題なども改めて聞くことができ、参加者の悩みも聞くことができました。

外出をして、普通に活動する機会も増えてきています。その中で、出かける手段や、人と関わる場など、参加するきっかけに対して話ができ、これからの活動についても考える機会となりました。

オンライン交流会では、普段の何気ないお話から、和希楽会参加者のいろいろな話を聞いたり、活動への意見を話したり等、誰でも参加できて話ができる場にしていきたいと思えます。

興味あるけどオンラインに不安がある方、やってみたいけど方法が分からない方など、まずはお気軽にご連絡ください。



**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

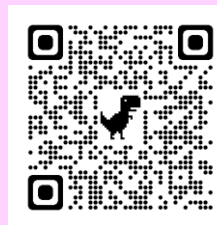
②サークルの活動を支援する

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。家の中にも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回の全体集会と、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。



ホームページ⇒



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)

# 澄んだ空気の中、公園を散歩～in 旭スポーツの森公園散歩 2024 秋～

令和6年11月9日（土）に和希楽会マツチング活動「旭スポーツの森公園散歩」を開催しました。当日は天気が良く、公園の木々が色づき綺麗でした。風がやや冷たく、前日からの強風で落ち葉が歩道の脇に、人がかき集めて寄せたかのように山になっていました。現地では野球、テニス、ランニングサークル、ストリートバスケ、体育館でのバレー大会、それから公園を散歩・ジョギングする方など「スポーツの秋」を満喫するかのようでした。まず初めに体力測定を行い、その後芝生広場の外周、1周600mのコースをそれぞれのペースで、それぞれの移動方法で、それぞれの方向から、散歩を行いました。歩きながら、また、休憩をしながら普段会わないメンバー同士でお話をしたりしながら時間まで過ごしました。終了時には、体力測定の結果や当日の歩行距離を記載した記録証を配布し、前回参加時の記録とを比較。何もしないと加齢とともに体力が低下していく方が多いので、今回の結果を検証し、今後の運動計画に繋げて頂き、次回は今回の記録を上回れるように頑張りましょう！しかし、何はともあれ、みんなで集まってお話ししながら公園を散歩する気楽な会ですので、興味のある方はぜひご参加ください。



# 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**

## 旭市袋公園 お花見散歩 ※前回ニュース掲載分

**桜が咲いている(かもしれない)旭市袋公園の池の周りを散歩します！**

**日時**：令和7年3月30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**：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

**申込先**：旭中央病院 理学療法士 埴・渡邊(TEL:0479-63-8111)



## 和希楽会釣り部(年間計画)

**4月から10月の毎月第3日曜日、毎回場所を変えて活動します。興味のある方はぜひご参加ください。初心者・見学歓迎！道具は貸し出します。(※8月は熱中症対策により休止)**

### ・会場① 長熊釣り堀センター

**日時**：令和7年4月20日(日)、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)

### ・会場② 飯岡漁港周辺

**日時**：令和7年5月18日(日)、7月20日(日) 8時～11時(受付7時45分～)

**集合場所**：いいおかみなと公園駐車場付近

**参加費**：無料(餌を購入する場合は実費3～500円程度)



### ・会場③ 銚子漁港周辺

**日時**：令和7年6月15日(日)、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)

### 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**：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)

## 飯高檀林 見学散歩

匝瑳市の人気スポットを拝観！牡丹の花も見ごろかも！ 歴史・文化と森林浴で極上の「心の洗濯」を！

日時：令和7年4月19日（土）9時30分～11時（受付9時15分～） ※雨天中止

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

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4月26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：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：聖マーガレットホーム 作業療法士 永野亮太（TEL:0479-79-1905）



## 旭スポーツの森公園散歩

歩くのは100mだけ、20mだけ、でもOKです。今回も簡単な体力測定をし、終了後に記録証をお渡しします。

日時：令和7年5月10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）



## ポッチャ

前回好評だったポッチャを、今回は旭市で開催します！初めての方もぜひ！

日時：令和7年6月28日（土）13時30分～15時

場所：旭中央病院 体育館

定員：10名程度

参加費：300円

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）



# 2025年度 和希楽会全体集会のおしらせ

・ウィルチェアダンス披露

・パラスポーツ体験

・香取海匝地域の障がい者  
団体・サークルの紹介

令和7年5月25日(日)

10:00~11:40(受付9:40~)

会場:旭中央病院 体育館

参加費:無料

対象者:活動に興味のある方はどなた  
でもご自由にご参加ください



※荒天、その他やむを得ず中止となる場合はホームページ上にて  
周知いたしますのでご確認ください

お問い合わせ先(平日):

九十九里ホーム病院 作業療法士 木内智史(0479-72-1131)



## 【編集後記】

▼今年度の和希楽会全体集会についてお知らせする時期が来ました。今年度はウィルチェアダンスの披露とパラスポーツ体験(ローリングバレー・ボッチャ)をメインの企画として開催致します。会場は旭中央病院の「体育館」です。昨年の「しおさいホール」ではありませんのでお間違えの無い様にお越しく下さい。▼マッチング活動についても数年ぶりの開催となる「飯高檀林見学散歩」や前回好評につき、今回旭市でも開催する「ボッチャ」など楽しみな内容が目白押しですので、多くの方にご参加いただければと思います。初めての方やスタッフの補助が必要の方はお伝えいただければ可能な範囲で対応いたします。▼今年は巳年、みんなで「スネーク(すく〜)楽しい!」一年になるように、親父ギャグを飛ばしながら、ゆる楽しくやっています!と思っています!