

### カラオケ新年会



1/25(土) 12:10~14:10

参加者 14 名。カラオケマック和光店で恒例のカラオケ新年会を行いました。おかわり自由のアイスクリームやドリンクバーで一服していると、歌いたい曲をあらかじめメモしてきてくださった方々のリクエストが次から次へと入り、さっそくカラオケ開始。AKB48、氷川きよし、B'z、谷村新司、去年話題になった「潮騒のメモリー」などなど、バラエティー豊かな曲の数々をみなさんそれぞれに熱唱しました。途中、和光市民なら誰もが知っている(?)「みどりのそよ風」という童謡が流れると、「この曲(カラオケに)あるんだ!？」と、みなさんびっくり! 童謡とはいえ、この日一番の一体感が生まれ、大いに盛り上がりました。ラーメンやチキン南蛮丼などの昼食を楽しみながらみなさんの熱唱は続き、まだまだ歌いたい曲がたくさんあったようですが、楽しいひとときはあっという間に終了間近に。最後は「花は咲く」「BELIEVE」をみなさんと歌い、盛り上がりつつも優しい気分になり、お開きとなりました(^o^)



### 障害者虐待防止・権利擁護研修に出席しました!!



H.25.11/13 と H.26. 1/28 の 2 日間に渡り、埼玉県障害者虐待防止・権利擁護研修に出席しました。1 回目は埼玉県における虐待の状況や法律の理解、市町村の取り組みなどの共通講義を受け、2 回目は実際に現場で起きている事例を基にした演習によるグループ討議が主な内容でした。

2 日間の研修に参加して、そもそも虐待とは...? というところから自分自身に問い直すことができ、他の施設の取り組みも伺うことができ、勉強になりました。虐待と適切なケアの境目⇒グレーゾーン(不適切なケア)についても考えさせられました。

虐待の芽があるところ  
必ず虐待の根がある  
虐待の根は虐待の土壌に生える

- グレーゾーンの例
- ・ドアが開けっ放しのトイレ
  - ・車いすを押すときの声掛けが無い
  - ・業務中の職員の会話
  - ・自分でできることまでも介助してしまう...

グレーゾーンのケアを「そのくらいは仕方ない」で片付けず、それを「虐待の芽」と自覚することそして虐待防止の近道は『虐待の芽を摘む』ことそのためには、施設全体で取り組み、グレーゾーンが発生する要因や背景を理解し、それを見逃さずに向き合う気持ちが大事だと感じました。

虐待はどこか遠い特別な場所で起こっているのではなく、「いつも自分と隣り合わせにある」ということを胸に刻みながら、毎日笑顔で楽しく活動していきたいと思えます。

### いろはクラブ & 空とぶアシカくらぶ & かきっこスズリくらぶ



**いろはクラブ**  
12月は「年賀状を作ろう」、  
1月は「マグネット」!  
色使いがステキです♥



**空とぶアシカくらぶ**  
フラフープケンケンパやジェンガ運び...  
楽しくからだを動かしました♪♪♪



かきっこスズリくらぶ  
一文字一文字に気持ちをこめて...  
みなさんの感性が光っています。



**障害児・者の地域でのゆたかな暮らしをつくる会 NPO法人ポコ・ア・ポコ**  
 事務局 〒351-0111 和光市下新倉2-1-27  
 PCmail : info@pocoapoco-wako.com TEL 048-463-8948  
 FAX 048-485-9715  
 URL http://www.pocoapoco-wako.com/  
 携帯サイト http://www.pocoapoco-wako.com/mobile/

### 鍋合戦に参戦しました! 番外編

ポコの八戸出身者とその仲間たち(せんべい汁愛好会)が、1/26(日)和光市で行われた「ニッポン全国鍋合戦」に参戦しました。お天気にも恵まれ、大盛況でした!!



### ぽこ春まつり開催します

日時: 4/26(土)  
12:00~15:00  
場所: ぽこの実&  
ぽこの実前道路

☆模擬店やゲームコーナーなど☆  
詳細は4月号でお知らせします。



★活動予定★

青年学級☆ボーリング☆

日時: 2/22(土) 10:00ゲーム開始  
 会場: CK ボール(新座駅前)  
 集合: 9:20 和光市役所玄関前  
 解散: 13:00頃 和光市役所到着予定  
 参加費: 1600円(2ゲーム代、貸靴、カレー&ドリンク、保険代)  
 <カレー&ドリンクのみの方は650円です。>  
 ※お申込みの時、ドリンクもお選びください。  
 (ホット・アイスコーヒー、ウーロン茶、コーラ、オレンジジュース、メロンソーダ)  
 お申し込みは2/14(金)までに事務局へ



☆和光市民ロードレース☆

樹林公園内を1km走るファミリーコースに参加しませんか?

日時: 3/9(日) 11:50樹林公園に集合  
 \*詳しくは申し込みされた方にご説明します。  
 参加費: 500円 お申込みは2/6(木)までに事務局へ

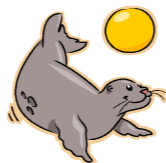
☆お花見&バーベキュー☆

日時: 3/29(土) 11:30~  
 会場: 白子小学校校庭 \*雨天の場合は「ぼこの実」プレイルーム  
 集合: 11:30 現地集合、または11:00に和光市駅南口交番前  
 参加費: 1000円 ※差し入れ歓迎  
 お申し込みは3/20(木)までに事務局へ



いろはクラブ & 空とぶアシカくらぶ & かきっこスズリくらぶ

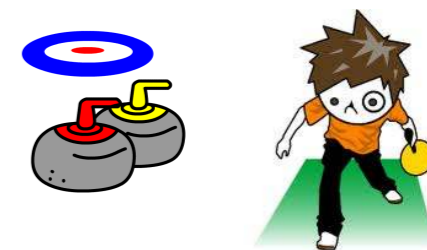
- ★ いろはクラブ(月1回、木曜日16:00~17:00)  
 趣味のクラフトなど創作活動を行います。会費1回200円(保険代込)  
 日時: 2/13(木)、3/20(木) 会場: ゆめあい和光3F 創作室  
 2月は「とびだすひな飾り」 3月は「作って飛ばそう!」です。お楽しみに!
- ★ 空とぶアシカくらぶ(月1回、火曜日16:00~17:00)  
 身体を使ったゲームなどを行います。会費1回200円(保険代込)  
 日時: 2/18(火)、3/11(火) 会場: ゆめあい和光3F プレイルーム
- ★ かきっこスズリくらぶ(月1回、月曜日16:00~17:00)  
 自由な発想で書道をします。会費1回200円(保険代込)  
 日時: 2/24(月)、3/24(月) 会場: ゆめあい和光3F 創作室



★活動報告★

スポーツ体験教室②

12/7(土) 9:30~11:30 和光市第三小学校体育館  
 参加者17名 +スポーツ推進委員5名とご家族2名  
 今回は、前回(10/19)上手な方が多く、とても盛り上がったフロアカーリングのトーナメント戦を行い、6チームが優勝をめざして対戦しました。優勝チームには景品が出るということもあってか、組み合わせを決めるジャンケンから盛り上がっていました。最後の一投で逆転勝ちするチーム、勝っていたのに最後の一投で相手チームのストーンを的に近づくようにはじいてしまい逆転負けするチーム、手加減なしで?勝ち続ける親御さんチーム(笑)など、試合をしていない方々も興味をもって観戦や応援することのできる濃い内容の試合が続きました。親御さんチームとの決勝戦を制し、優勝したのはKさんチームでした。おめでとうございます。そのあと行われた推進委員チームと参加者選抜チームとの特別試合も好勝負で、大変盛り上がっていました。2回にわたって行われたスポーツ体験教室でしたが、とても充実した時間になったと思います。楽しく盛り上げてくださったスポーツ推進委員のみなさん、本当にありがとうございました。是非またこのような場を設け、お目にかかりたいと思います<\_>



ぼこのクリスマス会

12/21(土)和光市中央公民館でクリスマス会が行われました。ラピカのおねえさんたちによる楽しいパネルシアターや参加者皆さんの歌やダンス(花は咲くやジングルベル等)で盛り上がり、後半はO×ゲームやパラシュート、影絵のクイズを楽しみました。毎年恒例のプレゼント交換をした後、サンタさんがプレゼントを持って登場。2013年も楽しいクリスマスを過ごせました。



新年もちつき会

1/18(土)、新倉ふるさと民家園で、参加者58名と大盛況のもちつき新年会を行いました。今年はお天気にも恵まれた暖かい縁側で、あんこ・大根おろし・磯辺・きなこの味のつきたておもちと、おいしい豚汁を食べました。ご協力いただいた民家園のスタッフの皆さま、本当にありがとうございました。

