

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



かきっこスズリくらぶ
今回も個性豊かな素敵な作品が
できあがりました。

空とぶアシカくらぶ
フラフープケンケンパヤ
ランニング・・・
楽しく体を動かしました

いろはクラブ
2月は「桜の葉で染めてみよう！」
3月は「コースターを作ろう！」

☆ぽこパートナー募集☆

ポコ・ア・ポコでは、“ぽこふれんず”という愛称で多くの余暇活動・社会参加活動の場を提供していますが、この活動の場に会員の皆さんと一緒に参加しお手伝いくださる方を募集しています。

ぽこパートナーは、ポコ事務局へ事前に登録（面談）が必要です。

事務局のコーディネートにより活動に参加していただけます。

参加費は基本無料です。

詳しいことは面談でお話しますので、是非ご一報ください！

事務局より

会員募集と継続手続きのお願い

障害の有無に関わらず会員になれます。ポコ・ア・ポコの活動を応援してください。

26年度の会費を受け付けていますので、よろしくお願ひします。

正会員 3000円

賛助会員 1口1000円

☆郵便振替☆

加入者名：NPO法人ポコ・ア・ポコ
口座記号番号：00170-8-722820

☆銀行振込☆（継続のみ）

NPO法人ポコ・ア・ポコ 代表理事 山本恵子
三菱東京UFJ銀行 和光駅前支店 普3509751

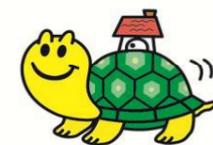
障害児・者の地域でのゆたかな暮らしをつくる会 NPO法人ポコ・ア・ポコ

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/>



ぽこ・あ・ぽこ 75号
poco a poco poco a poco



ぽこ春まつり開催します!!

日時：2015年4月25日（土）

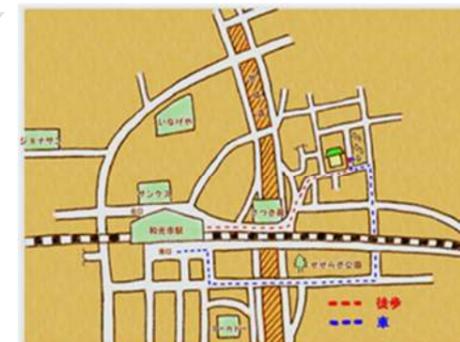
12：00～15：00

場所：ぽこの実&ぽこの実前道路



あのゆるキャラも
やってくる!!

～雨天決行～



お楽しみ企画として景品が当たる★くじびき★もあります!

〈和光市駅北口から徒歩5分〉

第13回通常総会のお知らせ

日時：5月31日（日）13：30～15：30

場所：和光市中央公民館・会議室1

※総会後は懇談会の他に15：30～16：30

「本人部会」も計画しております。

正会員の方には約1週間前には総会資料を送付します。

当日忘れずにお持ち下さい。是非いらしてみなさんの声を聞かせて下さい。



★活動予定★

お料理教室

4/18(土) 10:30~13:00
和光市中央公民館調理室
春のメニューを作りましょう
・春キャベツのシンプルパスタ
・新ごぼうのスープ
・うぐいすもち



持ち物: エプロン、三角巾(バンダナ)、手拭きタオル、参加費300円(材料費・保険代)
お申し込み: 4/10(金)までに事務局へ

電車で行く! 明治神宮~代々木公園~NHK スタジオパーク



緑かおる森の散策と運動公園での1万歩ウォーキングです。

みんなで同じコースを完歩しましょう!(足に自信のある方対象)

5/23(土) 9時和光市駅改札向かい側集合 雨天中止(当日7時決定)

参加費: 療育手帳を持っている方 700円(本人と介護者の交通費、保険代、諸経費)・

一緒に付き添い歩く方 100円(保険代、諸経費)

持ち物: 療育手帳、飲み物、弁当、帽子、汗ふきタオル、雨具、敷物、薬(必要な方)、
運動公園での遊具(自由)、おこづかい

申し込み: ペア(本人と介助者)・・・5/8(金)まで

手帳を持った方(健脚)のみ参加の相談・・・5/1(金)まで

いろはクラブ&空とぶアシカくらぶ&かきっコスズリくらぶ&ラララくらぶ

★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: 4/23(木)、5/14(木) 会場: ゆめあい和光3F 創作室

4月は「母の日プレゼント」 5月は「しおりづくり」の予定です。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: 4/7(火)、5/12(火) 会場: ゆめあい和光3F プレイルーム

★かきっコスズリくらぶ(月1回 月曜日16:00~17:00)

自由な発想で書道をしませ。会費1回200円(保険代込)

日時: 4/27(月)、5/25(月) 会場: ゆめあい和光3F 会議室

新しいくらぶ登場!

★ラララくらぶ(月1回 水曜日16:00~17:00)

発声練習をして、かんたんな曲をみんなで歌ったり、ベルを楽しみます。

カラオケではありません。 会費1回200円(保険代込)

日時: 4/15(水)、5/20(水) 会場: ゆめあい和光3F 演奏室

★活動報告★

青年学級ボーリング



2/14(土) CK ボウル新座にて恒例の青年学級ボーリング大会を行いました。32名の参加者のうち24名の方が6レーンに分かれて2ゲームの合計点を競い合いました。ゲームが始まってすぐにあちこちでスペアやストライクが出て、歓声があがっていました。最後まで「あー、惜しい!」や「やった!!」などの言葉が聞こえ、ハイタッチして喜びを分かち合う姿が見られました。ゲーム終了後はみなさんと美味しくカレーをいただき、表彰式を行いました。今回2月14日にちなんで2ゲームの合計点が214点だった場合のバレンタイン賞を設けましたが惜しくも出ませんでした(213点という方がおひとりいらっしゃいました)。駄菓子などがもらえるストライク賞は多くの方が獲得。ストライクマークのあるスコア表を示し、嬉しそうに駄菓子を選ぶ姿が見られました。個人賞若者部門は前回のトップ3が、なんと今回もトップ3でした(*^^)v

若者部門

優勝 今城さん 229点
準優勝 柏木さん 223点
第3位 山本さん 210点

ご家族部門

優勝 澄川さん 246点



おめでとうございます(^ ^)v

おおぞら号で行く~雪体験一泊旅行



2/21(土)~22(日)石和・山梨方面に参加者24名で雪遊びをしに行きました。天気に恵まれ、出発直後には道路が渋滞していて心配されていましたが、無事にサンメドウズ清里スキー場に到着。そりを片手にエスカレーターに登り、気持ち良さそうに滑り降りていて、夢中で何回も上に登りそりを楽しんでいました。その後、『石和びゅーほてる』に到着。温泉でゆっくりしたり、夕食、ビンゴ、カラオケと素敵なひとときを満喫しました。二日目は『なかとみ和紙の里』の紙漉き体験でランプシェードを作り、最後に『山梨県立リニア見学センター』でシアターやジオラマなど楽しんでいました。「楽しかった」という感想をたくさん頂き、今年も充実の二日間となりました。



お花見



3/28(土)白子小学校さくらまっりでお花見をしました。好天に恵まれお花見日和でした。肝心の桜は満開までもう少し!というところでしたが桜の木の下で焼きそば、チヂミ、焼き肉、スープなど美味しい料理とおしゃべりを楽しんで素敵なひとときを過ごしました。

