

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 &
ラララくらぶ & ポッチャくらぶ



いろはクラブ
12月「クリスマス飾り」
素敵なクリスマス飾りが出来ました！
1月「福笑い」
それぞれがパーツを作った大きな福笑い

ラララくらぶ
クリスマス会では素敵な演奏を
ありがとうございました！

かきっこスズリくらぶ
十二月クリスマスの言葉、一月は
お正月の言葉を書きました。

ポッチャくらぶ
白いジャックボールに
近いのは？！

空とぶアシカくらぶ
最初のメニューは
ランニングです！

ぽこパートナー

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ます。参加費は無料です。



会員募集と継続手続きのお願い



障害の有無に関わらずどなたでも会員になれます。ポコ・ア・ポコの活動を応援してください。
30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

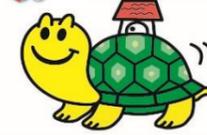
障害児・者の地域でのゆたかな暮らしをつくる会 **NPO法人ポコ・ア・ポコ**

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

poco a poco poco a poco

98号

★活動報告★

🍡🍡🍡🍡🍡🍡 2019年 新年餅つき大会 🍡🍡🍡🍡🍡🍡

1/19(土)の天気はとても良く、暖かい中で行われました。もちつきはどの方も力強く、楽しそうにっていました。みんなでついたお餅はどれも美味しく、温かい豚汁と一緒にいただきました。今年もたくさんの方々に参加していただき、ありがとうございました。今年もよろしくお願ひいたします。

今年も皆さんにいろいろなアンケートをとりました
ご協力ありがとうございました。

Q1 どのお餅が一番おいしかったですか？

- A1 位からみ 6票 **からみが一番人気でした！**
- 2 位きなこ 5票 **余談ですが、調理のお手伝いを
していただいた方からお家では
納豆を絡める、海苔を千切って
絡めるという
おいしそうなお話が！**
- 3 位いそべ 4票

Q2 あんこは粒あん派とこしあん派どちらですか？

- A 粒あん 11票 **僅差で粒あん派に軍配が上がり
ました！ちなみに代表の山本は
粒あん派だそうです^v^**
- こしあん 9票

Q3 からみもちの大根おろしの中に
ネギは必要だと思いますか？

- A 必要 15票 **必要派が多数でした**
- 不要 5票 **他にもいそべは砂糖醤油派！
というお話もありました**

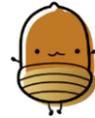


★活動報告★



かがやくチャレンジ展!

今年も中央公民館のロビーにて ポコの活動を
展示パネルで紹介しました☆ 見に来ていただき
ありがとうございました^v^



★活動予定★

ボウリング大会

日時：2/16 (土) ゲーム開始 11:00
集合：10:20 和光市役所
場所：CK ボウル新座
参加費：1800 円 (2 ゲーム・貸靴・カレー&ドリンク・景品・保険)
ゲームをしない盛り上げ隊は 700 円 (カレー&ドリンク・保険)
申し込み時にドリンクの種類もお伝えください。
(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)
お申込み：2/8 (金) までに事務局へ



ぽこクリスマス会

12/15 (土) に中央公民館でぽこクリスマス会を行いました! ゲストで来てくれた和光ゴスペル
さんたちはとても素晴らしい合唱で、特に清水かつらさんが作詞した「すずめの学校」が大盛り
上がりでした(^_^)

- ラララくらぶさんはハンドベルを使って、「きよしこの夜」と「ドレミの歌」を演奏しました♪。
- 毎年恒例というのもあってか、みんな手慣れた演奏でとても上手でした。
- チームで分かれて行ったオセロゲームとイントロクイズもそれぞれのチームで協力し合いみな
さん良いゲームをされていました^▽^/
- ゲームの後はわこうっちとサンタさんが登場し、プレゼント交換と写真撮影をしました。

お花見

日時：3/30(土)
場所：白子小学校校庭
※さくらまつりが中止の場合は中止
時間：10:00 現地集合
※または 9:45 に和光市駅北口ファミリーマート前(要予約)
参加費：1000 円 ※差し入れ歓迎!
お申し込み：3/22(金)までに事務局へ

白子小のさくらまつりを
一緒に楽しみましょう🌸



お申し込みメールアドレス：poconomi-0109@docomo.ne.jp

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 & ラララくらぶ & ポッチャくらぶ

- ★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。参加費1回 200 円 (保険代込)
日時：2/14 (木) 「びっくりリトリュフチョコを作ろう」、3/14 (木) 「カレンダーを作ろう」
会場：ゆめあい和光3F 創作室
- ★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。参加費1回 200 円 (保険代込)
日時：2/5 (火)、3/5 (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します。参加費1回 200 円 (保険代込)
日時：2/25 (月)、3/25 (月) 会場：ゆめあい和光3F 会議室
- ★ラララくらぶ (月1回、水曜日 16:00~17:00)
季節の曲をみんなで歌い、ベルを楽しみます。参加費1回 200 円 (保険代込)
日時：2/20 (水)、3/20 (水) 会場：ゆめあい和光3F 演奏室
- ★ポッチャくらぶ (月1回、木曜日 16:00~17:00)
パラリンピックの正式種目“ポッチャ”を楽しみましょう。
14:30~15:30 はご家族・支援者に向けたクラブを開催しています。
日時：2/28 (木)、3/28 (木) 会場：ゆめあい和光3F プレイルーム

青年学級新年カラオケ大会

毎年恒例のカラオケ大会が1/26 (土) シタックス和光駅前店で開催されました。
16名の参加で、みなさん楽しみにされていて早く来られる方もいらっしゃいました
が、昨年より直接会場集合になりましたので、寒空の下待つことなく暖かい部
屋で準備ができました。いつものように歌いたい曲をそれぞれ紙に書いてきても
らい、昼食後はいよいよマイクが回ります。「高校三年生」「365 歩のマーチ」
「ルビーの指環」等バリバリ昭和の曲から「シンデレラガール」「USA」といった
最新の曲に加え、みんなのうた・おかあさんといっしょの歌・朝ドラの曲などなど、
何日も前から歌いたい曲を宣言されている方や、毎回鉄板ソングがある方、
当日みなさんの歌を聞きながら決める方、選曲タブレットで探される方、歌わな
くても雰囲気を感じるだけでうれしい方、それぞれの2時間を楽しみ、最後にみ
なさんで「世界に一つだけの花」「花は咲く」を歌い解散しました。

