

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
10月「秋を飾ろう」
一人一人個性的な飾りが出来ました(^_^)
11月「作って遊ぼう」
ペットボトルで作った飛行機を飛ばしました。

ラララくらぶ
手話と一緒に
歌いました♪

かきっこスズリくらぶ
十月は有名な会社②、十一月は
チャレ展作品を書きました。

ポッチャくらぶ
最年少メンバーはみんなの
アイドルです(^_^)/

空とぶアシカくらぶ
締めめのゲームの
完成形です☺

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、よろしくお願いします。

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 97号
poco a poco poco a poco

★活動予定1★

かがやくチャレンジ展!



※12/4(火)~12/10(月)午前中まで
和光市中央公民館ロビーにて開催中のチャレンジ展で、今年もポコの活動を展示パネルで紹介します。活動でみなさんが作った作品も展示しています。ぜひ見に来てください。



ぽこクリスマス会

みんなで楽しくクリスマスを祝いましょう♪

日時：12/15(土)16:00~18:00

場所：中央公民館・視聴覚室 参加費：500円

※参加者はプレゼント交換品(100円程度)を持参してください。

内容：①おたのしみ ②ラララくらぶ発表 ③ゲーム

④プレゼント交換会 ⑤サンタさんのプレゼント

お申込み：12/7(金)までに事務局へ



おおぞら号で行く!北茨城一泊旅行

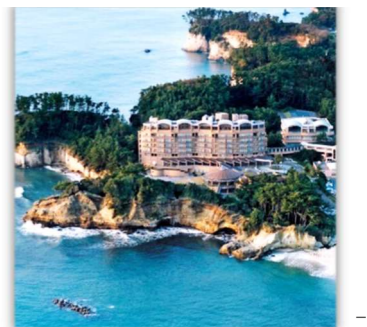
宿泊率日本No1の国民宿舎「鶴の岬」に泊まり、「アクアマリン福島」や「日立かみね公園」や「牛久大仏」を巡ります。

日時：3/9(土)8:20 ~ 3/10(日)16:30

参加費：一人20000円

申し込み：12/5から(25名になりましたら締め切らせていただきます)。

問い合わせ：山本まで



★活動報告★

おおぞら号で行く! 筑波山~日帰りウォーキング



11/3 (土) 秋晴れの日、32名が県福祉バスおおぞら号で和光市役所を出発しました。茨城県にある筑波山は、標高877mと百名山の中では一番低い山で、ケーブルカーやロープウェイが山頂近くまで整備されているため、手軽に関東平野を見下ろす爽快感を味わうことができます。参加者は、Aコース(19名)の筑波山神社を經由しケーブルカーで筑波山頂駅~御幸ヶ原~(女体山山頂)を歩き、女体山駅からロープウェイでつつじヶ丘に下りるルートと、Bコース(13名)のつつじヶ丘からロープウェイに乗り、女体山駅とを往復するルートに分かれました。紅葉シーズンに突入し、まだ色づき始めでしたが好天ということもあって、おおぞら号が山道を登って行くものすごい渋滞。



やっとAチームがバスを降りたところからBチームが降りるつつじヶ丘まで2時間半(予定では15分)という情報も入る中をのろのろと進みました。Bチームは残り少ない時間で昼食をとるかロープウェイに乗るかという究極の選択に迫られましたが、やはり皆さんロープウェイを選んで全員女体山駅まで行き、集合写真を撮ってすぐにまたロープウェイで下りました。Aチームメンバーは、筑波山神社で集合写真を撮った後ケーブルカーで筑波山頂駅へ。御幸ヶ原でそれぞれ昼食をとった後、ロープウェイの女体山駅をめざしました。その中何組かが女体山頂をめざし、登山客ラッシュの中7名が道を間違えてトレッキングコースを進んでしまい、結局ロープウェイ分の高さを、岩場やクサリ場をいくつも乗り越えつつじヶ丘に下りるといふアクシデントが発生しました。

バスの中にいる他のメンバーも運転手さんたちも遭難じゃないか…と心配して待ちましたが、2時間半後ケガをすることもなく合流でき、ホッと胸をなでおろしました。全員そろって和光市役所をめざしましたが、今度は高速道路の強烈な渋滞にはまってしまい、和光市役所に到着したのは20時を少し回った頃でした。待ちの時間も長い1日で、スタッフには多くの教訓が残りましたが、全員が無事に帰ることができなによりでした。



パステルシャインアート講座~パート3~

12/1(土)和光市中央公民館工作室で、3年ぶり3回目となるパステルシャインアート講座を開催しました。今回も指導して下さったのは、三好千浪先生です。テーマは12月にふさわしい「星」、BGMが流れアロマが香る中で先生のお手本を見てから、好きな色のパステルを削ります。18名の参加者のうち半分以上の方が初めての受講でしたが、練習の1枚も本番の大きめな1枚も皆さん集中して、とても素敵な作品を描いていました。チャレンジド合同展示会に出展しますので、ぜひご覧ください。



さつき苑まつり



焼きそばも豆腐製品も完売することができました!

市民まつり



今年のチョコバナナはあたりくじ付きでした^v^ 当たりがでると自然と周りのお客さんからも拍手が!

ゆめあいまつり



豆腐製品は完売!駄菓子も人気でした!



おまつりに来てくださった方、手伝ってくださった方、ありがとうございました(*^_^*)

★活動予定2★

新年もちつき会



みんなで「おもちつき」をして、つきたての美味しいおもちを食べましょう!
日時: 1/19(土) 10:45 和光市駅北口集合 (現地直接くる場合は11:00集合)
会場: 新倉ふるさと民家園
参加費: 100円(保険代)
お申込み: 1/11(金)までに事務局へ

青年学級 新年カラオケ大会

あたたかい部屋でお昼を食べながら楽しくもりあがりましょう!
日時: 1/26(土) 12:00~14:00
場所: シタックス和光駅前クラブ (現地集合・現地解散)
参加費: 1800円(昼食、飲み物、部屋代、保険代)
お申込み: 1/18(金)までに事務局へ

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: 12/6(木)「クリスマス飾り」、1/17(木)「福笑い」
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: 12/4(火)、1/8(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めます。参加費1回200円(保険代込)
日時: 12/17(月)、1/28(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: 12/12(水)、1/23(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: 12/27(木)、1/31(木) 会場: ゆめあい和光3F プレイルーム