

いろはクラブ & 空とぶアシクラぶ & かきっコスズリくらぶ &
ラララくらぶ & ポッチャくらぶ



★一部のくらぶが再開しました！！

いろはクラブ
7月「折り紙で金魚」
磁石のついた釣り竿で
釣って遊びました(^_^)



かきっコスズリくらぶ
7月は季節の言葉と
いろいろな飲み物を書きました。



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

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。
2020(令和2)年度の会費を受け付けていますので、よろしくお願い致します。

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 107号
poco a poco poco a poco

★活動報告★

コロナを吹き飛ばせ! ボウリング大会

コロナ禍中の開催に大変迷いましたが、会場や参加されたみなさんのご協力により予定通り7/18(土)CKボウル新座で行いました。ポコでは毎年夏と冬に開催しているとても人気のあるイベントですが、前回の冬(2/29)企画からポコイベントの中止が始まり4か月以上お楽しみを我慢していた参加者は、投球に気持ちをぶつけていたのでしょうか。いつもの半分以下の参加者でしたが、検温・マスク着用・頻繁な手洗い・ハイタッチ禁止を守ってくださり、9名のプレイを4名のギャラリーが応援とお手伝いをしました。ストライクやスペアがいつもより多く見られたのは、日ごろのうっぴんでしょうか? 本人1位は黒河君(265点)2位は外谷君(227点)、ご家族1位は柏木弟さん(259点)でした。今回は静かなボウリング大会でしたが、次回こそ歓声やハイタッチのあるにぎやかな大会になることを祈っています!



★活動予定★

ぽこ秋まつり中止のお知らせ



4月開催の予定を延期し、10月の開催を検討してきましたが、このたびの状況を鑑み、中止することにしました。ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

令和2年度 彩の国ふれあいピック秋季大会中止のお知らせ

9/27(日)熊谷文化公園で予定していました大会は、新型コロナウイルス感染症拡大から参加者とスタッフの安全が考慮され、中止となりました。



★特集!★

前回の会報で、会員のみなさん(一部)やご家族に、新型コロナウイルス下での<<今>>をお聞きしてみましたが、今回は、そのスタッフ版です!

★テーマは、①「今思うこと…つづやき(仕事のこと、プライベートニュースなどを含む)」②「コロナ禍(3月以降)に始めたこと」



① 今思うこと…つづやき

*4月末に生まれた子どもがはやくも3か月経ちました。最近ではニコニコと笑うようになり、その子の成長が気になって来ています。なので、元気に明るい子に育ててほしいなと思っています。(ぼこの和K)

*コロナウイルスがこんなに続くとは思っていませんでした。沢山のストレスと制約がある中での生活ですが二つのことに気が付きました。一つは感謝です。毎日、当たり前だと思ってできたことが実はそうではなかった。買い物、映画を観る、学校に行く、会社に行く、外食する。みんなできて当たり前じゃなかったんですね。今は一つ一つありがたいです。あとは自分の人生の残りをいかに生きていくかを考えるいい機会でした。長くオーブで仕事させていただきたいです。よろしくお願ひいたします。(オーブY)

*人類の歴史は繰り返す!今度はワクチン戦争が起こるのか!?あー自粛がしたい。(Nutsberry)

*健康について色々思うことあり、心身の健康の大切さを再確認しています。(オーブR.S)

*3月に社会福祉士国家試験に合格しました。ためになった本は『発達障害がある人のナラティブを聴く』(山本智子[著] ミネルヴァ書房)です。支援者の方におすすめです。(ぼこの家)

*最近マスクはいろいろなタイプが出ましたが、やっぱり長い間の着用は不快です。なにか画期的なマスクの代替品が早く世の中に出てきてほしいです~!!(ぼこの実M)

*コロナが世界中に広まり、沢山の方々が亡くなり、失業されたりと大変な今、今までなんとも思わなかった些細なことや、当たり前だと思っていたことが、実はそうではなく、ちょっとしたことや人に対して感謝するきっかけになった様に感じています。(どんぐり0)

*人生で想像していなかった数か月を過ごしてきて、いつまでこの制限ある生活が続くのかと思うと気が滅入ってしまいますが、こんな時だからこそゆっくりと一緒に過ごせる家族との時間を楽しみたいと思います。(ぼこの和M.0)

*「コロナの七不思議その一」一国の首相以外に着けている人を、ほとんど見かけたことのないあのマスク、どこへ消えていったんだろう?とおもっていたら、例のマスクをまた8000万枚追加発注!という不思議。だれかおしえてください、ほらちゃんと使ってますよという場所を。(オーブN.W)

*一斉休校となった3月は、受験を終え卒業前の、我が子含む3年生が不憫で涙したけど…開き直ってしまうとステイホーム週間は、早起き不要で楽チンで楽しい時間でした。そして今…、早起き辛い・子離れ寂しい、といった後遺症が出ております。(ぼこの実S)

*今思えば家族でこんなに一緒に過ごせたのは初めてです。公園も使えなくなり子供たちとの過ごし方を考えるのは大変でしたが、とても貴重な時間でした。(ぼこの実T)



② コロナ禍で始めたこと

*ルービックキューブできるようになった。でも…、初めてはまったスマホのゲーム、未だに抜け出せず、ヤバイです。仕事にはちゃんと行くよう、気を付けます。(ぼこの実S)

*家の掃除と家族と仲良く暮らすことです。(オーブY)

*子供の学校の宿題で、ベランダでトマトの苗の観察を毎日していました。ぼこの実でも出来るかも…と思い、6月に再開してから、トマトの苗を買って来てぼこの実のみなさんでお水をあげています。もうすぐ赤くなりそうです!毎日トマトが気になって仕方ありません!(ぼこの実T)



*編物。持ち方もわかりませんでしたが、何度も何度も繰り返し教えてくれる優しいYouTube先生。おかげで1本の糸が四角形になったときはとても感動しました。その後丸型にも挑戦して大満足で終了しました!(既に過去形、、、)(ぼこの実M)



*LINEスタンプの作成を始めましたが、現在はなあなあになってきております。YouTubeにも顔を出さずに挑戦しましたが、動画は4つだけあげてそれっきりです。(ぼこの和K)

*前々から観たかった映画やドラマをひたすら観て、おうち時間を自由気ままに過ごしています!(ぼこの和M.0)

*精神保健福祉士の勉強を始めました。(ぼこの家)



*コロナきっかけで電車を使う回数を減らそうと自転車に乗り始めたら、意外とどこでも行ける事に気が付きました。身体を動かす機会にもなりますし、心も晴れ晴れするのでとても良いです。(オーブR.S)

*コロナ禍休業に入ってすぐ、しばらく使っていなかったミシンを出しマスク作りをしました。ネットで作り方を調べ、マスクの生地になるような布を部屋の隅っこから探し出し…1枚目を完成するまで1時間半以上を要しました。慣れてくると1枚完成するまで20分ほどで出来ますが、今ではそのマスク…使ってません。(ぼこの実S)



*断捨離、マスク作り。捨てようと思いつつ何年も押し入れの奥で眠っていたハギレでマスクを作りました。おうち時間が増えて、断捨離もしましたが、捨てなくて良かったと思えるものもありました。(ぼこの実K)



*居酒屋テイクアウトとネットのお取り寄せ。ミシュラン評価のベーコンが一番美味しかった。(Nutsberry)

*時間ができ、ガーデニングを始めました。以前から花は大好きでしたが場所がなく家のベランダで花を育てていましたが、どんぐりの一角を貸して頂くことができ夢が叶いました。どんぐりを訪れた人が『素敵なところ』ですとか『癒される』と感じて頂けると嬉しいな~と思い草花を育てております。(どんぐり0)



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:8/6(木)「じゃばら de すいか」、9/10(木)「花ふきん」 会場:ゆめあい和光3F 会議室2

★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:8/4(火)、9/1(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:8/31(月)、9/28(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:8/19(水)→会場:ゆめあい和光3F プレイルーム 9/16(水)→会場:ゆめあい和光3F 会議室2

★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:8/27(木)、9/24(木) 会場:ゆめあい和光3F プレイルーム

会場の定員の都合(三密を避け)で「いろはクラブ」と「ラララくらぶ」は場所が変わります。また、「空飛ぶアシカくらぶ」と「ラララくらぶ」の内容を変更します。

参加前の検温とマスク着用のご協力をお願いします。