

いろはクラブ & 空とぶアシカクラブ & かきっこスズリクラブ & ラララクラブ & ポッチャクラブ

※まん延防止等重点措置期間中はクラブ活動をお休みします。

- ★いろはクラブ（月1回、木曜日 16:00~17:00）  
参加費 1回 200円（保険代込）  
日時：2/3（木）、3/3（木） 会場：ゆめあい創作室
- ★空とぶアシカクラブ（月1回、火曜日 16:00~17:00）  
参加費 1回 200円（保険代込）  
日時：2/8（火）、3/8（火） 会場：ゆめあいプレイルーム1
- ★かきっこスズリクラブ（月1回、月曜日 16:00~17:00）  
参加費 1回 200円（保険代込） 日時：2/28（月）、3/28（月） 会場：ゆめあい会議室1
- ★ラララクラブ（月1回、水曜日 16:00~17:00）  
参加費 1回 200円（保険代込）  
日時：2/16（水）、3/16（水） 会場：ゆめあい会議室2
- ★ポッチャクラブ（月1回、木曜日 16:00~17:00）  
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：2/24（木）、3/24（木） 会場：ゆめあいプレイルーム1

参加前の検温とマスク着用のご協力をお願いします。

お申し込みメールアドレス： [poconomi-0109@docomo.ne.jp](mailto: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。  
2021(令和3)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](mailto: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/>



新しい車が仲間入りしました！！

車いすを4台乗せられるリフト車が1月24日から仲間入りです。ぽこの実のお友達とどんな名前がいいか考えました。「白い車だね」「車の中で長くて一番大きい？」車の名前について意見を出し合い多数決の結果・・・「ビックリフト」に決まりました。これから学校のお迎えや外出をする時に和光市内を走ります。よろしくお願いします!!



「ビックリフト」に決定♡



★活動報告★

ぽこファーム

12月に大根と人参を収穫しました。葉っぱを切らないようにそっと掴んで引っ張ります。大きな大根もみんな慣れた手つきでカゴに入れていました。



「うんとこしょ!!」  
「どっこいしょ!!」



★活動報告★



「ボッチャ」に親しもう！

12/4 (土) 和光市総合体育館サブアリーナで、今年も和光市スポーツ推進員さん9名に協力いただき「ボッチャ」を楽しむことができました。ポコ・ア・ポコではクラブ活動の1つに「ボッチャ」があり、毎月通常のクラブ時間の前にはボランティアさんたちが楽しむ時間も設けていますが、この日は皆さん一参加者として思いっきりプレイしました。14名の参加者にスポーツ推進員さんもまじり1チーム3名ずつで6つ(A~F)のチームに分かれ、2つのコートで試合開始です。ABCのチームがそれぞれ3ゲームずつ対戦して勝敗を決めるコートとDEFのチームが対戦するコートでそれぞれ1~3位を決め、後半はそれぞれの3位同士、2位同士、最後に1位同士が対戦して全体の順位を決めました。優勝決定戦では同点となったため、1人1球ずつ的に向かって投げ、一番近い球のチームを優勝としました。とても早く試合が進んだので、休憩後の決定戦の前に対戦しないチーム同士がゲームする時間も取れ、たっぷりボッチャに浸った日となりました。



クリスマス会



2/25 (土) 和光市中央公民館の視聴覚室で、20回目の「クリスマス会」をしました。新型コロナウイルス感染症第6波の気配が感じられましたが、まだ和光市では1日の感染者数0人が続いている中でしたので、なんとか開催することが出来ました。これまでは、ラララくらぶの発表や参加されたみなさんが動き回ってのゲーム等をして進行しましたが、今回は\*静かに\*なるべく動かず\*時間を短くをスローガンに、「ミニコンサート鑑賞」「プレゼント交換」「サンタクロースからのプレゼント」という構成でした。ミニコンサートではヴァイオリンとピアノの奏者が奏でるジブリやディズニーの曲、クリスマスソングにうっとりしたり、鈴を持って思い思いにリズムを刻んだりして、楽しい時間を過ごしました。プレゼント交換は、受付でプレゼントと交換した折り紙サンタクロース(数字を忍ばせている)を会場の壁に貼ってもらい、一人ずつ順番に好きな折り紙サンタクロースをはがしてその数字のプレゼントをもらうというもの。サンタクロースからもプレゼントをもらい、参加者とスタッフ・演奏者合わせて31名、ほっこりしたクリスマスの時を共有できました。



20回目のクリスマス会!!



「心温まるクリスマス会でした。皆さんの笑顔と鈴の音と共に、とても楽しく演奏させて頂きました♪ありがとうございました。」五十嵐歩美さん(ヴァイオリン奏者)



★活動予定★ コロナを吹き飛ばせ！ボウリング大会第2弾

新型コロナウイルス対応のまん延防止等重点措置の地域になっている中ではありますが、オミクロン株による第6波が落ち着いてきていることを願い企画しました。屋食は含まれません。

※3月の状況によっては中止とする可能性があります。

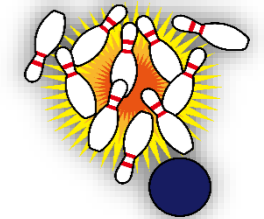
日時：3/26 (土) 12:50 和光市役所に集合  
13:30 ゲーム開始  
15:30 前後 和光市役所で解散

場所：CK ボウル新座

参加費：療育手帳をお持ちの方 1400 円、ご家族 1800 円 (2 ゲーム+貸し靴+レーン予約+保険+景品)

お申込み：3/18 (金) までに事務局へ

※ゲームをしないご家族等は保険代 (50 円) のみになりますので、申し込み時にお伝えください。



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 & ボッチャくらぶ

<p>いろはクラブ 12月は1月のカレンダーを作りました。1月は袋のひも通しと、顔を書いたマスクで目隠ししてトラの福笑いをしました。</p>			<p>ラララくらぶ いつもは踊り出す曲もテーブルからはなれず静かに歌います。</p>	
			<p>空とぶアシカくらぶ ストレッチ後の軽い運動やゲームで身体と心をほぐします。</p>	
<p>ボッチャくらぶ 今日は赤と青どちらが勝つ？</p>			<p>かきっこスズリくらぶ 十二月は季節の言葉と冬の季語をかきました。</p>	