



～年度末のご挨拶～

2月に入り4日(日)に運動教室、8日(木)に発達講演会の行事を終え、今年度の行事は役員会を残し終了しました。コロナウイルスが5類に移行した事により、今年度の活動はコロナ前と同様な活動が出来ました。

4年ぶりに事業所見学も行い、新たな試みで和光小学校での総合学習で“発達障がいについての講話”も行うことが出来ました。

日程の都合で参加できない行事もありましたが、来年度は色々と調整をしながら、更なる活動を目指し頑張っていこうと思えます。

会員・賛助会員の皆様におかれましては、今年度もすくらむの活動にご理解とご協力を頂きましてありがとうございました。3月で更新時期を迎えますが、来年度も今年度同様に支えて頂けますよう宜しくお願い申し上げます。

すくらむ役員一同

～運動教室～

2月4日(日)10時30分～11時30分、えにあすホールにてスポーツインストラクターの方を講師としてお迎えし運動教室を開催しました。

参加者は6家族で大人10名、子供1名、見学者1名の計12名でした。

参加する方の一生懸命さも増し、息切れをしながらも楽しく過ごしていたように思います。

最初はストレッチで普段使い切れていない筋肉・関節を伸ばし、次にエアロビクスで音楽に合わせて体を動かしていきました。

最後はラダートレーニングで、見た目は簡単そうなのですが実際は難しく、“脳トレ”にもなりました。久しぶりの運動教室でしたが、皆さんの体の動かし方もスムーズになった感じでした。

毎回講師の方からも「普段からストレッチをしておいて下さい」と言われていますが、なかなか覚えていず・・・(先生毎回ごめんなさい)

でも、とても良い汗をかき楽しめたと思います。

今回参加できなかった方も、次回は是非一緒に良い汗をかきましょう！



(文責 Hiro)

～発達講演会～

2月8日(木)18時30分～20時30分、市民会館1階中ホールにて作業療法士の金田実氏をお招きして発達講演会が開催されました。241名の方々にお越し頂きました。

テーマは「運動発達から見た配慮や支援を必要とする子どもへの関わり」という事でお話を聞かせて頂きました。

産まれてから3歳までの運動発達について説明がありましたが、“うつふせ”、“つかまり立ち”などひとつひとつの動きが発達に結びつき意味があるという事を実感しました。

子育て中は何事にも平均であれば良いと思っていましたが、言葉などの発達を成長させるには合わせて運動発達にも目を向けて行くのも大事だということがわかりました。

講演中、左右の手を付け親指から一本ずつ順番に回していくのを講師の方から教えて頂き会場で体験してみました。頭を使わないとこの動きはできないと感じました。

体験し、改めて運動発達は脳に良い影響があると感じ、大変勉強になりました。

講師としてお話ししてくださいました金田先生、ありがとうございました。

そしてお忙しい中、講演会にお集まり頂きました皆様、ありがとうございました。



(文責 Yoko)

～更新についてのご案内～

同封しておりますハガキに必要事項を（すくらむ継続・退会）記入して3月12日（火）までにご返信をお願い致します。

尚、お名前は忘れずに記入して必ずご返送をお願い致します。



～総会のご案内～

日時 4月10日(水) 19時～
場所 恵庭市活動センター えにあす

※更新手続きのハガキと一緒にありますが、総会出席・欠席のどちらかに○を付け、欠席の方は委任状にお名前を記入してご返送をお願い致します。



～活動報告～

1月11日（木）	第9回すくらむ役員会（えにあすにて）
1月25日（木）	第3回恵庭市障がい者地域自立支援協議会正副会長・部会長会議（市役所にて）
1月30日（火）	恵庭市障がい者地域自立支援協議会正副会長会議（クラフトにて）
2月4日（日）	すくらむ運動教室(えにあすにて)
2月6日（金）	第3回恵庭市障がい者地域自立支援協議会定例会（市民会館にて）
2月8日（木）	第4回恵庭市社会福祉審議会障害者福祉専門部会(市民会館にて) 発達講演会(市民会館にて)
2月20日（火）	第10回すくらむ役員会（えにあすにて）
2月29日（木）	市民活動センター運営協議会役員会(予定)
3月6日（水）	第5回恵庭市障がい者地域自立支援協議会理解促進部会（予定）
3月19日（火）	第11回すくらむ役員会（予定）