

「障がい」を「個性」に

Vol.39 2021.12/18発行

すくらむ通信



すくらむのホームページ
<http://sukuramu0118.grupo.jp/>

すくらむのアドレス
sukuramu0118@yahoo.co.jp

～年末のご挨拶～

今年も残すところ僅かになりました。
コロナの感染者数も減少してきて少し安心して過ごせるようになってきました。
一方、世界的には新たな変異株「オミクロン株」が流行の兆しですが、引き続き油断することなく感染対策をしっかりとって過ごしたいところです。
すくらむの活動では、10月に「発達障がい啓発パネル展」、11・12月には「先輩お母さんによる子育て相談会」を行いました。そして先日5日には二度も延期になっていました「運動教室」を行うことができました。
久しぶりに会員の方とふれあい、共に笑いながら運動しましたが、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。
まだまだ安心出来ない日々が続いていますが、状況を見ながら活動していこうと思います。
皆様には、今年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。
来年もどうぞ宜しくお願い致します。
よいお年をお迎えください。

すくらむ役員一同

～発達障がい啓発パネル展～

9月21日（火）～10月4日（月）の間「緑と語らいの広場 えにあす」にて、まちづくりチャレンジ協働事業の一環として発達障がい啓発パネル展を行いました。
えにあすにいらした方々の目に入りやすい入口ドアすぐの壁面に10枚以上の大型パネルを飾り付け、関心を持たれた方にお手に取って頂けるよう、すくらむの会報やパンフレットもご用意致しました。
発達障がいについてとてもわかりやすく書かれた内容のパネルですので、今後もパネル展を通してたくさんの方々に少しでも関心を持って頂けたら、と思っております。

（文責 TOMO）



～先輩お母さんによる子育て相談会～

まちづくりチャレンジ協働事業として、11月22日（月）、12月7日（火）の二日間、子ども発達支援センターにて11：00～12：00、13：00～14：00の時間帯で先輩お母さんによる子育て相談会を行いました。
相談者1名に対し役員が2名ずつ担当させて頂く形で行いました。
子育て中の悩み、困り事等々……。お話を聞いていますと当時の自分と被る内容もあり、「あるある！」「そーだった！」と昔の自分を見ている様な気になりました。
相談者の方には自分も同じ経験をした事をお話しましたが、お互いに共感し合い大切な時間になりました。
相談された皆様は、最初は不安げな表情でしたが、相談も終わり頃になると笑顔になり、帰りには「気持ちが楽になった」「聞いてもらって良かった」とおっしゃって頂き、こちらも嬉しくなりました。
これからも微力ではありますが、一人でも多くの方が前向きに進んでいけるお手伝いが出来たらと思います。

（文責 HIRO）

～運動教室～

12月5日(日)10:30～11:30、「緑と語らいの広場 えにあす」の1階ホールにてスポーツジムのインストラクターの先生をお招きして、かねてより計画しておりました運動教室を開催致しました。

コロナ禍ということもあり二度ほど延期となりましたが、今回は6家族・12名の会員の方が参加下さり、ソーシャルディスタンスを保ちながらの教室となりました。

簡単な準備運動とストレッチから始まり、80年代のJ-POPをBGMに軽いエアロビ。お母さん世代が若かった頃に流行った曲にノリノリでステップを踏み心地良い汗を流しました。

普段運動不足なので「ついていけるかな・・・？」と不安を抱きつつ参加しましたが、ちょうど良い運動量であったという間に時間が過ぎてしまいました。

参加して下さったお子様達も、無理無くご自分達のできる範囲で頑張っていました。

身体を動かす楽しさと共に、みんなと会えた喜びも味わってくれたらしく早くも次回の運動教室を楽しみにしている方もいらっしゃったようです。また機会がありましたらすくらむとしても計画を立てたいと考えております。

みんなで良い汗流しませんか？多数の会員の皆様のご参加をお待ちしております。



(文責 AYU)



～今後の行事予定～

役員会・相談日

日時：2月2日(水) 11:20～12:00

場所：緑と語らいの広場 えにあす

※お気軽にいらして下さい。(参加ご希望の方は事前にメールにてお知らせ下さい。)

講師の方を招いた学習会(まちづくりチャレンジ協働事業)

日時：2月18日(金) 19:00～20:30

場所：市民会館 中ホール

テーマ：「発達障がいにおける人との関わり」

講師：北海道発達障害者支援センター「あおいそら」片山智博氏

※延期になっていました学習会です。参加ご希望の方はすくらむのメールにてお知らせ下さい。

運動教室

2月あるいは3月にもう一度計画しております。とても楽しい運動教室です。ホームページあるいはメールにてお知らせ致します。

～活動報告～

8月25日	第3回すくらむ役員会(えにあすにて)
9月2日	市民活動センター運営協議会(市民活動センターにて)
9月21日	障がい者理解促進部会事前打ち合わせ(e-ふらっとにて)
9月30日	障がい者理解促進部会(市役所にて)
10月12日	子育て相談(子ども発達支援センターにて)
10月25日	第2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)
10月28日	市民活動センター運営協議会全員会議(市民活動センターにて)
11月1日	第4回すくらむ役員会(えにあすにて)
11月12日	障がい者理解促進部会事前打ち合わせ(e-ふらっとにて)
11月16日	恵庭市社会福祉審議会障がい者専門部会(市役所にて)
11月22日	先輩お母さんによる子育て相談会(子ども発達支援センターにて)
11月24日	障がい者理解促進部会(市役所にて)
12月5日	すくらむ運動教室(えにあすにて)
12月7日	先輩お母さんによる子育て相談会(子ども発達支援センターにて)
12月8日	第5回すくらむ役員会(えにあすにて)
12月9日	市民活動センター運営協議会(市民活動センターにて)

お知らせ

メールアドレスが変更になった方はご連絡をお願い致します。