

# ゆうがお通信

〒329-0511

下野市石橋950-2

下野市地域活動支援センターゆうがお

電話・FAX 0285-53-4621

令和4年度<秋号>

日ごとに寒さが増してきて体調を崩しやすい今日この頃ですが、いかがお過ごしでしょうか？今秋は“とちぎ国体いちご一会”が行われ話題となりました♪下野市内の試合会場では、ゆうがおもサッカー観戦&販売活動に参加してきました🌐先日のサッカーワールドカップでは決勝トーナメントに進出し盛り上がりましたね！！日々練習を積み重ねてきた選手たちの姿を見ると胸が熱くなりました！！本格的に寒くなる前に体調を整えて元気に過ごしましょう♪

## ゆうがお



寒くなってきたなあ～🐧

## プログラムのご紹介

### 障がい児者交流会

久々に開催された交流会に参加してきました🎯競技は“ポッチャ”♪チーム対抗になり、よりの近い場所に自分たちのボールを投げられるか競うスポーツです🎯とてもシンプルなルール



ですが、これが…結構難しいのです！！苦戦したあとは、お弁当でお腹を満たしました～！！



毎回配られる豪華なお弁当↑

### 調理実習

今回は「創作料理を楽しもう」をテーマにお好み焼き・もんじゃ焼きを作りました♪黙食でもホットプレートで囲むことで楽しめました！！新しく購入したかき氷機を使い、パンナコッタに冷凍いちご削りかけたオリジナルのデザートを作ったら大好評でした🍓



かき氷機でデザート作り♪

★お好み焼きに目玉焼きをそえて★

### 外出行事

以前から要望があった「那須どうぶつ王国」へ行ってきました！！天気にも恵まれて屋内外にいるたくさんの動物を見ることが出来ました♪カピバラが温泉につかっている姿に癒され、不動で有名なハシビロコウが飛んで感激し、スナネコの走り回る姿に喜び、アムールトラの迫力に圧倒され…気付けばみんなで歓声を上げていました☆日常では味わえない体験が出来たので大満足の外出旅行となりました！



♡みんな自分の推しアニマルが見つかりました♡

### 那須どうぶつ王国！！



## ハロウィンパーティー

毎年恒例となったハロウィンパーティーの様子をお届けします♪今回も仮装で気分を盛り上げます🎃一番人気はかわいらしい猫耳やカチューシャで簡単仮装です♪中には本格的なドラキュラもいました！！



↑「ミイラゲーム」はトイレットペーパーでぐるぐる巻きにしてミイラになるゲーム♪

レクリエーションで行ったミイラゲームはぐるぐる巻きにする方もされる方も、破れないように丁寧に巻いていて立派なミイラになりました★普段とは違った雰囲気でも話も弾み、満足な時間を過ごしました♪



昼食はパスタ・ハイローラー・きゅうり・かぼちゃスープ・手作りアップルパイ♡

# ピア部の活動報告

最近では有難いことに、地域の方々よりピアサポート活動のご依頼をいただくことが増えました♪  
少しずつ、ゆうがおのピア部の認知度が上がっているのかな・・・と嬉しく感じています♡  
今回は、壬生町と下野市で活動してきましたので、ご報告させていただきます！！



## 壬生町障害児者支援連絡会

8/25に壬生町にある施設の方を対象に、ピアサポート活動についてご紹介をさせていただきました！！とても緊張しましたが、トークショー形式でお話させていただいたので、普段のピア部のようにわきあいあいと楽しく話しをすることが出来ました☆  
参加者の方からも沢山ご質問やご感想をいただき、とても有意義な時間を過ごすことが出来ました♪



緊張したけど、良い人ばかりで話しやすかったです。

キング

当事者の方や支援者の方々と交流することが出来て、有意義な時間でした。



タマ

## 障がい福祉セミナー

9/22は昨年度に引き続き、下野市障がい児者相談支援センターが主催の“障がい福祉セミナー”に呼んでいただきました！！  
今年はケアマネジャーさんを対象に、体験談や日常生活についてお話させていただきましたよ♪障がい領域と高齢領域では制度もサービスも異なりますが、お互いのことを学びつつ理解を深めていけたらと思いました☆今後も様々な形で普及啓発をしていきたいです！



あまり緊張せず、お話しすることが出来ました。自分の意見が役に立てばと思います。

クイーン

ギャグが滑って立て直しが大変でした(笑)



トンガリ

## 地域との交流

栄町コミュニティの環境福祉部会よりお声かけいただき、10/25に交流会を行いました！！午前中は大松山運動公園のクリーン活動です☆いちご一会国体の後だったので、敷地内はとてもキレイでゴミはほとんど落ちていませんでしたが(笑)栄町の皆さんと楽しくお話ししながら、落ち葉を集めました！！



美味しいお弁当をいただき、午後は宇都宮にある“荒牧りんご園”へりんご狩りに♪好きなりんごを選んで自分の手で収穫するのはとても楽しく、子どものようにしゃいでしまいました☆栄町の皆さんはとても気さくで素敵な方ばかりでした！！初めての交流会で緊張しているメンバーもいましたが、皆さんの優しい心遣いのおかげで楽しい1日を過ごすことが出来ました♡

## おわりに

ゆうがお通信<秋号>をご覧ください、ありがとうございます。

2022年も残りわずかとなりましたが、皆さんにとってどんな1年でしたでしょうか？ゆうがおでは皆さんのご協力のもと、楽しく充実した1年を送ることが出来ました☆来年も元気に明るく様々なことに挑戦していくつもりですので、引き続きゆうがお通信をよろしくお祈りします！！次号は2月に発行予定です♪

