

マンモスしんぶん

2023年9月15日発行

ま ～ワールドカップに負けるな～マンボウ

マンボウでは室内でできるスポーツを3種目行っています。

1つ目は「ボッチャ」です。

ボッチャはパラリンピックの種目としてよく知られているスポーツでマンボウでもいちばんはやと一番早く取り入れた種目です。年々利用者の球を投げる精度が上がり白球にピッタリ付くように投げています。



2つ目は「モルック」です。

モルックは芸人が日本代表だという事をテレビでやっていてそこから少し世間に認知されました。マンボウでもそこで知り取り入れた種目です。ボッチャと違い狙った点数の棒を倒すというゲームで今では狙い通りベストショットが決まると大盛り上がりです。



3つ目は「野球大会」です。

野球大会はボッチャやモルックで投げることや転がすことが上手くなってきたので応用としてマンボウ独自で野球盤形式で行っています。高校野球の応援の音楽を流し気分を高め、みんな「ホームラン」を目指し毎回白熱した戦いが繰り広げられます。



発行：立川市社会福祉協議会生活介護支援事業所

〒190-0013 立川市富士見町2-36-47

Tel 042-529-8353 Fax 042-529-8714

～チアダンス～マンボウ

8月25日（金）に地域のチアグループ「GLANZ☆」がマンボウでチアダンスを披露していただきました。

コロナ過で外出イベントが中止になっていましたが、5類に移行し少しづつ元に戻していくなか久しぶりのイベントで利用者はとても楽しみにしていました。当日を迎えるまでに飾りや一緒に踊れるようにボンボンを作り当日を待ちわびていました。

チアダンスはみんな大喜びでボンボンを手を持ち一緒に踊っていました。短い時間でしたがとても楽しく過ごすことができました。



みんなで踊れるようにボンボンを制作



夏の背景を作成



GLANZ☆をおはながみで作成



メンバーのみなさん



ボンボンを持って一緒にダンス！



みんなで記念撮影

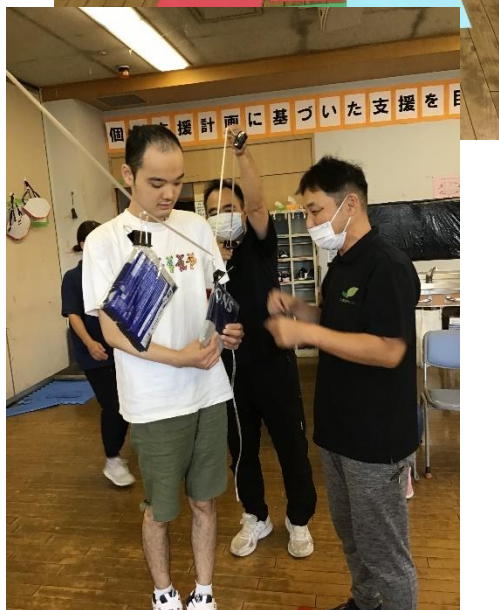
なつ ～夏まつり～コスモス

8月16日に夏祭りを実施しました。午前は2つのゲームを行いました。1つは的入れゲーム。赤、青、緑の画用紙を床に置き、利用者の皆さんは自分の好きな色を目掛けてポッチャのボールを投げました。この色は・・・午後のイベントにつながりました。利用者の皆さんはボールを上手く投げていました。

2つ目はタオル取り競争。パン食い競争のように紐につるしたタオルを取りました。取り方は自由なので、挟んでいるパンチを上手に手で外す人、タオルを引っ張り取る人など様々でした。皆さんの個性が出ていたように感じられました。

午後はかき氷作り。1つ目の競技の的の色がかき氷の味になっており、青がブルーハワイ、赤がいちご、緑がメロン。皆さんはその味のかき氷を食べました。

最後は記念撮影。夏をイメージした壁紙をバックに写真を撮りました。暑い日の中、ゲームでちょっと熱く、かき氷で涼しい1日を楽しみました。



くうかん ～のんびり空間～コスモス

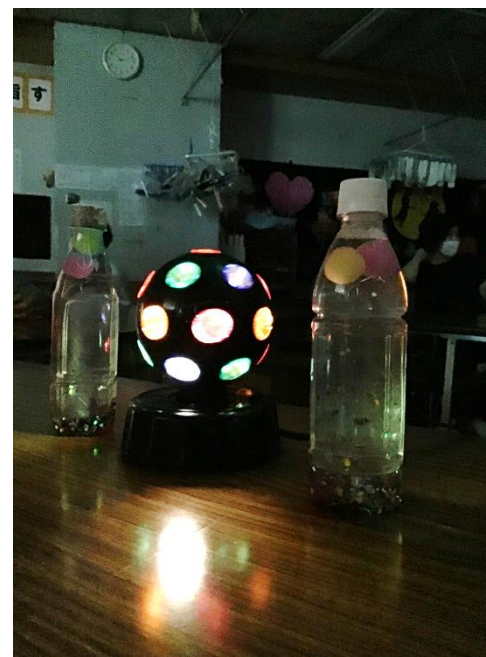
コスモスではスヌーズレンの時間を定期的に設けています。今回改めてコスモスでのスヌーズレン活動についてご紹介したいと思います。

スヌーズレンは1970年代のオランダが発祥です。障がいのある人が興味を持たれる感覚刺激を組み合わせ、空間をデザインして、余暇やリラクゼーションを提供する実践です。

コスモスでは、部屋を真っ暗にして、光と音楽を組み合わせたリラクゼーションを提供しています。テイルーム内はリラクゼーション音が流れ、天井には、満天の星空が輝きとオーロラが揺れています。

机には小さなミラーボールの優しい光が照らし、センサーボトルが淡く輝きます。光を眺め穏やかな表情をする人、音楽にのり静かに身体を揺らす人、暗い空間で静かに座って落ち着いている人など人により過ごし方は様々です。スヌーズレン活動の時間中は皆さん本当にのんびりとされています。心も体ものんびりリラックスすることで、その後の時間を落ち着いて過ごすことや、楽しむことができています。

慌ただしく動くことも多い世の中ですが、のんびりする時間も大切だとスヌーズレンの活動を通じて、感じています。



✿ 編集後記 ✿

自分の持ち物の断捨離を始めました。昔の写真、学生時代の成績表、もう着ない服など処分しました。だいぶすっきりしたのですが、いただいたお土産の置物を処分しようかと迷っています。(ま)