

生涯学習情報センター通信 (第45号)

生涯学習情報センター ☎(40)0911

センター登録団体紹介

NPO法人日本心身機能活性化療法指導士会下野市杏支部

代表 齊藤修

下野市杏支部は、認知症改善の運動療法を行っているNPO法人日本心身機能活性化療法指導士会の栃木県支部で、平成20年から活動しています。現在は誰もが自由に参加できる定例学習会（第1土曜日の午後、グリーンタウンコミュニティセンター）の他、月に3回、地域の施設で温熱療法や運動療法のボランティアを行ってまいります。

11月13日に行われた生涯学習情報センターまつりでは、3世代が交流しながら楽しむことのできる3種類のゲートルゲーム（「ビンゴ輪投げ」「ゲートボール」「ゴルフ」の「ビンゴ輪投げ」を、参加した方々に楽しんでいただきました。

「ビンゴ輪投げ」は、輪投げ

にビンゴの要素を加えたゲームで、数字の書いてある輪が、同じ数字のマスにボールに入ると点数が倍になり、更に、縦に並べばプラス10点、斜めに並べばプラス20点、横の5本のボールに入ればプラス30点になります。

健康の方も、障がいのある方も、自分の体力に合わせて楽しめるのが、このスポーツの大きな特徴です。先日の生涯学習情報センターまつりでは3歳〜70歳代の方まで自分の体力に合わせて楽しんでいただきました。

「ビンゴ輪投げ」は一見単純なゲームに思われますが、距離感を考えながら物を投げるといことは、リハビリに大きな効果があります。下野市杏支部では、市内の施設にボランティアで伺っています。ゲームを楽しみにしている高齢者の方で、ゲームの時には車いすから立ってゲームを楽しもうとする方も増えてきました。

また、1m×5mのマット

3種類のゲームが室内で楽しめるので、学童保育に利用している地域もあり、年齢を超えて楽しめます。

平成26年には全国「ねんりんピック」(60歳以上の方を中心に行う文化・スポーツの総合的な祭典)が栃木県で開催されます。下野市杏支部では三世代交流ゲートル大会ができたかと考えています。

みなさまもぜひ、認知症を改善するニュースポーツのゲートルゲームや運動療法、温熱療法の体験にいらしてください。1月7日(土)13時30分から、グリーンタウンコミュニティセンターで実施します。

●問い合わせ先

下野市杏支部事務局
川口桂子まで

☎090-9831-5059



いいこみ

代表 粥見美夏

この会は平成20年12月に設立され、現在の会員は20名です。市内の療育施設や公立小中学校、特別支援学校及び福祉作業所に通っている子ども達の保護者が交流し、生活面での不安や悩みなどを相談する憩いの場となっています。

行政や障がい者相談支援センターの担当者も同席していただけます。この交流を通じて、さまざまな友人が出来ます。

今後、支援学校入学を検討されている保護者には、子ども達のようなすを聞く絶好の機会ともなっています。

学校のこと、兄弟姉妹のこと、習い事や将来のことなど、いろいろお話ししてみませんか。

●問い合わせ先

生涯学習情報センター
☎(40)0911

市民活動支援サイト「Youがおネット」相談窓口

下記の日程により、「Youがおネット」のパソコン操作について、専門のアドバイザーが相談、指導等に応じます。

す。ぜひ気軽に活用ください。

ただいま情報発信会員募集中

●1月〜2月の相談日

1月5日、12日、19日、26日・2月2日、9日、16日、23日(すべて木曜日)

●時間

午後1時30分〜4時

●会場

生涯学習情報センター

●問い合わせ先

生涯学習情報センター
☎(40)0911
URL: <http://shimotsuke.genki365.net>

お礼

昨年11月13日(日)生涯学習情報センターまつりに、東日本大震災義援金として1,943円の寄付がありました。

下野市社会福祉協議会を通じて被災地に送らせていただきました。

生涯学習情報センターまつり2011実行委員会