

障害者相談支援事業所ハンズ宮城野 木曜サロン「りらっくらぶ」を開催しました

令和7年1月26日
障害者相談支援事業所ハンズ宮城野

令和7年1月16日に木曜サロン「りらっくらぶ」を開催しました。

新型コロナウィルスの感染防止のために引き続きマスクの着用と十分な換気をするなど、4名の参加者のみなさんにご協力をいただきながら進行しました。

今回は、活動の場を日常生活訓練室に移し、視覚障害者のスポーツとしても人気の高い卓球バレーを実施しました。実施する前に参加者に卓球バレーの経験の有無を聞いたところ、一人だけ経験があり、他の参加者は初めてということでした。

宮城野障害者福祉センター自立訓練の仙石理学療法士を講師に迎え、主要なルール説明を受けた後、縦約10センチ横約30センチの木製板状のラケットとプラスチック製のボール(卓球用ボールの中に鈴が入っているもの)に触れてから、同自立訓練の職員にも加わってもらい、2グループに分かれ、10ポイント先取でゲームを楽しみました。参加する位置を変えたり、グループメンバーの交替を行なながら、トータル3ゲームを40分程度実施し、参加者は額に少し汗がにじむほど結構な運動量で心地よい疲労感を感じているようでした。時間が足りなくなるほどゲームに熱中されており、参加者全員からとても楽しかったという感想がありました。

卓球バレーの後は場を和室に移して黒ひげゲームをしたり、トランプをしたり、参加者の近況をうかがったり、次回の活動内容を話しあったりしながら楽しく過ごしてもらうことができました。

今後も周知の幅を広げ、「りらっくらぶ」の活動が参加されるみなさんにとてますます交流の深まる場になるようご意見を参考にし、より多くの方々に参加していただける企画を催していきたいと思います。次回は3月20日を予定しています。

