

ひろば さいたまけんしょうがいしゃこうりゅう こうほうし

「わいわい広場」は、埼玉県障害者交流センターの広報紙です。

2022年
2月 発行
第378号

はっこう
発行

さいたまけんしやうがいしやこうりゅう
埼玉県障害者交流センター

し ていかん りしや
指定管理者

さいたまけんしやかいふく し じ きょうだん
埼玉県社会福祉事業団



〒330-8522 さいたま市浦和区大原3-10-1
TEL 048-834-2243 FAX 048-834-3333
ホームページアドレス <http://www.kouryu.net>
【E-mail】

ご意見・ご要望 info@kouryu.net
文化・芸術担当 culture@kouryu.net
スポーツ指導担当 sports@kouryu.net

☆募集「映画鑑賞会」他…………… 1～3

☆報告「交流水泳大会」他…………… 2

☆読者の広場「豊かな自然に囲まれ、
人の輪が広がる障害者交流センター」… 3

☆レッツチャレンジ…………… 4

☆今月の予定…………… 4



とうげいきょうしつ き
『陶芸教室Ⅱ期』 さん か しゃ さくひん
参加者の作品

が つ か い じ ゅ し と う げ い ま う
9月から5回コースで実施された陶芸教室
し つ さん か し ゃ さ く ひ ん
室参加者による作品展
お と り ひ と り こ さ く ひ ん さ く ひ ん で き あ
一人一人個性の光る作品が出来上がりました。

問^{とい}合^{あわ}せ●文化^{ぶんか}・芸術担^{げいじゆたんとう}当

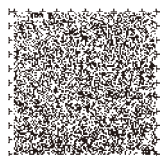
してしたが、車のへこみ傷が目立つようになり、家族から運転免許の返上をせまられるが……

場	対	定	費	申	内
所	象	員	用	み	容
●	●	●	●	●	●
ホ ー ル	セ ン タ ー	80 名 程 度	無 料	2 ／ 5	前 作 か ら
	利 用 証	（ 介 助 者 含 む ）		（ す う ね ん ご ）	数 年 後 の
	を お 持 ち の 方	（ 先 着 順 ）		2 ／ 19	平 田 家 で
				（ ひ ら た け ）	巻 き 起 こ る



えいがかんじょうかい
映画鑑賞会
やまだようじかんてきさくひん
山田洋次監督作品
にんじょう
人情コメディ映画「家族はつらいよ」の続編
にち
日
じ
時
●
2月26日(土)

都合により変更と
 なる場合もございま
 す。
 詳しくは、受付ま
 たは職員にお問い合わせ
 ください。



ゲートボール場 （はうす）		アーチェリー場 （はうす）		ソフトボール場 （はうす）		運動場 （うんどうじょう）		プール		STT室 （しつ）		たいいくかん 体育館						
なれます		6 日（日）		なれます		なれます		16 日（水）		20 19 日（日）		26 24 20 19 17 10 3 日（土） 日（木） 日（土） 日（土） 日（木） 日（木） 日（木）						
休館日以外はご利用になれます		午前・午後		休館日以外はご利用になれます		休館日以外はご利用になれます		終日		午前・午後		夜間・夜間・午前・終日・夜間・夜間・夜間						
午前：9時～12時		午後：13時～17時		午後：13時～17時		午後：13時～17時		夜間：17時30分～20時30分		夜間：17時30分～20時30分		夜間：17時30分～20時30分						

2月の個人利用
できない日

市外局番(048) ● 利用予約 834-2222 ● 文化・芸術担当 834-2243 ● スポーツ指導担当 834-2248 ● FAX 834-3333

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によって予定変更、中止となる場合があります。

報告

第31回交流水泳大会

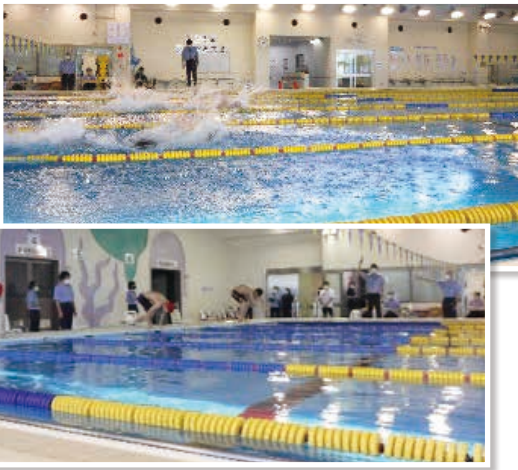
12月5日(日)、第31回交流水泳大会を開催しました。

2年ぶりの開催となったこの大会、参加者も午前・午後と2部制に分かれての実施となりました。

記録の更新を目指し泳ぐ方、完泳を目標にしている方、初めて大会で泳ぐ方など56名が、日頃練習している成果を発揮することが出来ました！

無観客での開催だったため、選手を応援する声を聞くことはできませんでしたが、選手のいきいきとした表情を見ることが出来ました。また次回の大会でお待ちしております。

参加者の方、役員関係者の皆様1日お疲れ様でした。



第31回交流卓球大会

(サウンドテーブル tennis の部)



12月12日(日)、第31回交流卓球大会(サウンドテーブル tennis の部)を開催しました。前年度は新型コロナウイルス感染症の影響で中止となり2年ぶりの大会実施です。今回は県内在住選手のみ17名の参加、コロナ禍ならではの工夫がされた大会運営となり、選手、役員の方にご協力をいただきました。小規模ではありましたが白熱した試合が続ぎ、改めて競技の面白さ、勝負の難しさを感じることができました。来年度こそ、また賑やかな大会が開催できることを願っています。参加いただいた選手、関係者の皆さまありがとうございました。

募集

第9回とびつきースポーツフェスティバル

今年度は、新型コロナウイルス感染症対策のため、開催を、午前・午後と分け2部制で実施いたします。

日時 3月6日(日)

午前部 午前9時30分～12時(予定)
午後部 午後1時30分～4時(予定)
会場 体育館
対象 障がいのある方
問合せ 詳細につきましては、スポーツ指導担当までお問い合わせください。

ハンドメイド教室

UVレジン液を使った作品を作ります

日時 3月3日(日) 午後1時30分～3時

会場 工芸室1
定員 8名(抽選)
対象 センター利用証をお持ちの方
費用 800円
問合せ 文化・芸術担当

料理教室 (パン作り)

ふっくらおいしい手作りパンを焼きます

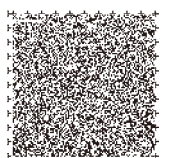
日時 3月10日(日) (二部制)
①午前10時～12時 ②午後1時30分～3時30分



会場 調理研修室
対象 センター利用証をお持ちの方
*令和3年度料理教室(パン作り)に参加していない方優先

定員 ①②各4名(抽選)
費用 500円

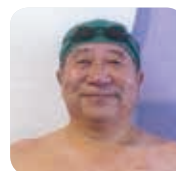
申込み 2/2(水)～2/16(水)
問合せ 文化・芸術担当



読者の広場

「豊かな自然に囲まれ、
人の輪が広がる障害者交流センター」

浅子 洋一さん



① 障害者交流センターと私の縁

私はさいたま市見沼区に住む生物系の研究者・技術者です。植物による炭酸ガス固定などの地球環境、海洋生物の研究（写真1）や、野菜の品種改良（写真2）、教職など、生物学に関わる仕事をしてきました。

そのようなことから、理科大好きスクールに指定されていたさいたま市立芝川小学校の理科教育にも関わり、博物館見学や見沼田んぼの生物観察などに参加しました。それらの折りに、障害者交流センターを通りかかり、知縁ができていました。交流センターは、正門を入ると校並木があり、春には爛漫の花が来館者を迎えてくれます（写真3）。この校並木の奥、交流センター建物入口につながるアプローチには、大きなクスノキが、入り口左側には、大きなケヤキが植えられています。これらの植栽は、それ自体が目を楽ませるだけでなく、サクラにはタマムシが産卵に、樟脳の成分が含まれていて、葉をもと清涼な香りがするクスノキには、アオスジアゲハが産卵に（写真4）。ケヤキにはタマムシもやってくるなど、植物と昆虫の共存関係なども観察できる興味深い施設でもあります。

② 私の障害と障害者交流センター

私は、15年余り前から動悸に悩まされ、徐脈性心房細動が進行し2018年にペースメーカーを埋め込みました。それまでは思いも寄らなかったのですが、2020年冬から、自然観察目的ではなく、交流センターのプール利用を始め、約1,000mの遊泳と100mの水中歩行を行っています。わいわいアトリエなどの活動にも参加し、他の障害者や介助者、職員の方々と健康維持・増進に注意を払いつつ、楽しい一時を過ごしています。

障害者は、交流範囲が限定されやすく、コロナ禍により、交流が一層阻害されがちです。交流センターでは、職員の皆様の様々な工夫・対策の下、コロナ禍においても、障害者同士はもちろん、健常者との交流も含め、運動・文化・芸術などの活動・催しを通して、多様な人の輪に参加できるような取組みが展開されています。多くの人々が、多様な豊かな自然の下で、喜びのある時間を共有できるように祈っています。また、いつも温かく、丁寧な御支援を頂いております。職員の皆様、楽しい時間を共有させていただいている利用者の皆様に、心より御礼申し上げます。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

写真4



クスノキの梢を飛ぶアオスジアゲハ

写真3



入り口の桜並木

写真2



ダイコンの花。雄しべ、雌しべで交配をして、左のような赤い大根品種を開発。

写真1



㈱海洋バイオテクノロジー研究所の研究調査船「蒼玄丸」。ミクロネシア連邦ポーンベ島で海洋生物調査

みんなのおんがく

音楽療法士の指導のもと、

楽しく音楽に触れる時間です。

日時 ● 2月19日(土) 午後1時30分～2時30分

場所 ● ホール

対象 ● センター利用証をお持ちの方

定員 ● 60名(介助者含)(先着順)

申込み ● 2/2(土)

問合せ ● 文化・芸術担当

費用 ● 無料



わいわいアトリエ

身近な材料を利用して自由に創作活動を行います

日時 ● 2月23日(水・祝) 午後1時30分～3時

場所 ● 研修室1・2

対象 ● センター利用証をお持ちの方

定員 ● 20名(先着順)

申込み ● 2/2(水)・2/16(水)

問合せ ● 文化・芸術担当

費用 ● 無料



お知らせ

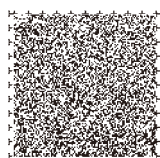
1月第377号でお知らせした

『文化・芸術体験イベント』の開催について

2月12日(土)に開催を予定しておりました『文化・芸術体験イベント』につきましては、新型コロナウイルスまん延防止等重点措置適用期間のため、規模を縮小し、『文化事業体験会』として開催することとしました。現時点では体験事業料理・フラワーアレンジメント・ハンドメイド)につきましては実施する予定で継続して参加者を募集しております。ミニコンサートや作品展示の実施の有無については決定次第ホームページ等でお知らせします。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

問合せ ● 文化・芸術担当





レッツチャレンジ!~家でカラダを動かしませんか??~

このコーナーではスポーツ指導担当から、家でもできる体操やストレッチなどを毎月ご紹介します。

スキマ時間の表情筋トレーニングで笑って心も体もパワーアップ!!

顔の豊かな表情を作る表情筋トレーニングをご紹介します。笑顔にはリラックス効果や免疫力が高まる効果、更に脳の活性化効果もあります! 空いた時間に適度に行い、明るい笑顔で新年を過ごしましょう!

かおぜんたい 顔全体

顔の動きに合わせて手を
グー⇄パー

10秒ギュッ!



パア〜



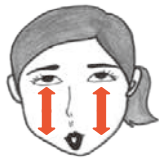
①息を吐きながら
「ギュッ」と力
を入れて顔の
パーツを全て真
ん中に集める

②「パア〜」と
一気に脱力し息
を吐く

め 目のまわり

まぶしそうな顔にな
ればOK!

「オー」



3秒キープ!



①「オー」と言い
ながらほおと鼻
の下を伸ばす

②伸ばしたまま下
まぶただけをも
ち上げる

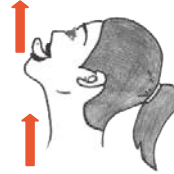
あご・くび あご・くび

上を見てあごの筋肉
を持ち上げます!



①舌をとがらせな
がら前に出す

10秒キープ!

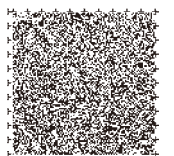


②舌を天井に向
かって突き出す

こんげつ よてい がつ 今月の予定 (2月)



日	予定	日	予定
1日(火)	午前 初日受付 午後 日常プログラム (体育館) 夜間 みんなでスポーツ (卓球)	16日(水)	午後 日常プログラム (体育館)
2日(水)	午後 みんなでスポーツ (バドミントン)	17日(木)	午後 みんなでスポーツ (テニス)
3日(木)	午後 盆栽教室、みんなでスポーツ (テニス)	18日(金)	午後 日常プログラム (プール)
4日(金)	午後 日常プログラム (プール)	19日(土)	午後 みんなのおながく
5日(土)	午後 福祉機器相談、スポーツ施設予約調整会	20日(日)	午前・午後 交流卓球大会 (一般卓球) 午後 アーチェリー場利用認定会
6日(日)		21日(月)	休館日
7日(月)	休館日	22日(火)	夜間 みんなでスポーツ (バドミントン)
8日(火)	午前・午後 蕎麦打ち体験教室 午後 みんなでスポーツ (テニス)	23日(水)	午後 わいわいアトリエ 夜間 みんなでスポーツ (卓球)
9日(水)	午後 日常プログラム (体育館)	24日(木)	午後 みんなでスポーツ (テニス)
10日(木)	午後 みんなでスポーツ (卓球)	25日(金)	午後 陶芸教室、日常プログラム (プール)
11日(金)	午後 陶芸教室 夜間 みんなでスポーツ (バドミントン)	26日(土)	午後 映画鑑賞会
12日(土)	午前・午後 文化事業体験会 午後 リハビリ相談	27日(日)	
13日(日)	夜間 みんなでスポーツ (卓球)	28日(月)	休館日
14日(月)	休館日	3月の休館日 7日(月)、14日(月)、15日(火)、 22日(火)、28日(月)、 31日(木)夜間	
15日(火)	休館日		



◆文化・芸術担当へのEメール…culture@kouryu.net

◆スポーツ指導担当へのEメール…sports@kouryu.net

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によって予定変更、中止となる場合があります。