



報告

交流卓球大会 (S-T-Tの部)

1月25日(日)、「第34回交流卓球大会S-T-T(サウンドテーブルテニス)の部」を開催しました。静寂の中にボールを打つ音だけが響きわたり、緊張感のある試合が繰り広げられました。試合の間には選手同士の交流も見られ、充実した1日となりました。

選手、審判、スポーツボランティアの皆さまありがとうございました。来年度も多くのご参加をお待ちしております。



卓球中上級教室

11月30日から全5回にわたって卓球中上級教室を開催しました。

12名の方に参加いただき、埼玉県障がい者卓球協会の講師の方の指導のもと様々な技を覚え磨き、技術向上のための練習を重ねました。

試合しながらの緊張感でラリーを続ける姿や、参加者同士でも自身の課題を伝えあい練習する姿が見られるなど充実した教室になりました。

参加者の皆さんお疲れ様でした。



みぬまわいわい寄席

1月18日(日)に「みぬまわいわい寄席」を開催しました。当日は多くの方にご来場いただきました。

落語芸術協会に所属されている、三遊亭ば馬さんによる「つる」、春風亭弁橋さんによる「権助芝居」、おせつときよたさんによる「くしやみ三遊亭 小笑さんによる「くしやみ講釈」が演じられました。

参加者からは「笑い声や「楽しかった」「また聞きたい」「毎年楽しみにしています」などの声が聞かれ、笑顔あふれる楽しい時間を過ごすことができました。



おせつときよた 三遊亭ば馬 春風亭弁橋 三遊亭小笑

令和7年度わいわいアトリエの作品

毎月、身近な材料を使って、季節にちなんだ物を作っています。他にも、塗り絵やカレンダー作りもあります。興味のある方は是非、参加してみてください。

お待ちしております



お知らせ

野菜摂取度測定会

日時 ● 3月28日(土)・29日(日)  
午前10時〜午後3時30分

場所 ● 作品展示コーナー

対象 ● どなたでも

予約 ● 不要

※測定後は栄養摂取のアドバイスも行います。

野菜  
おた  
足りて  
いますか?



わいわいマルシェ開催します

授産製品を販売します

日時 ● 3月21日(土)

午前11時〜午後1時

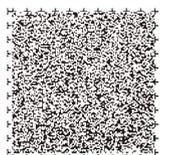
\* 製品がなくなり次第終了

出店予定 ●

- 上尾の魔女カフェ (焼き菓子・ハーブティー)
- Studio Nagger (アロマキャンドル・陶器・手芸)
- たいむ (クッキー・焼き菓子・雑貨類)



みなさま  
皆様のお越しを  
お待ちしております



※予定変更、中止となる場合があります。

# 読者の広場

## 「私達は「このようにセンターを利用しています」

埼玉県難聴者・中途失聴者協会 上田啓子さん



私たちの聴覚障害は外見からみえにくい障害です。このマークは「耳マーク」といって、当事者が身に付けているときは耳が不自由なことを表していて、公・私施設などで掲げているときは「紙に書く要約筆記や手話通訳などの情報保障を手伝いますよ」ということを伝えています。ですがまだまだ整っておりません。

埼玉県難聴が、この交流センターを利用するようになったのは、新型コロナウイルス流行の入口でした。きっかけは、難聴者・中途失聴者も手話を覚えたいの思いから手話勉強会を立ち上げたことです。立ち上げたのは良かったのですがまさにコロナ禍の真ただ中になり、施設の利用ができるこの交流センターで勉強会が始まりました。ニュースなどでコロナウイルス流行の情報を聞きながら中止の連絡を何回もしたこともありましたが、お陰様で勉強会は皆様のご協力もあり無事に続けることができました。

私たちの協会は、県内の、生れながらあるいは人生の途中から、聞こえなくなったり聞きにくくなった人たちの集まりです。ですので、仲間たちとコミュニケーションを取るには手話を覚えて使うことですが、手話勉強会に参加の皆様は聞こえ方もまちまちなので声で話す人も多くいます。「本当に聞こえてないの?」と云ってしまつほど本当に元気で。見学もできますので是非いらしてください。

初めてセンターのエントランスホールに入った時は、「なんて綺麗で明るい大きなセンターなの」と感激しました。今では、手話勉強会は勿論のこと、役員会で会議室、小物作りで研修室、講演会でホール、作ってパーティーやそば打ち体験で調理室、グラウンドゴルフで運動場、バドミントンで体育館と、イベントなどで多に利用しています。そして聴覚障害者のコミュニティとして多くの仲間たちの集まれる場所として大切なセンターとなっております。

なぜ協会がセンターをお気に入りなのか? 難聴者には欠かせないヒアリンググループ、パソコン・手書き要約筆記の機材、スクリーン、プロジェクター、等々、揃っているからです。また、建物自体も反響がほとんどしませんので難聴者にはぴったりです。

このセンターで利用できる空間は、「障害」という言葉を忘れさせてくれる気もちが休まる場所でもあります。これもセンターの職員皆様たちのお陰で感謝しております。



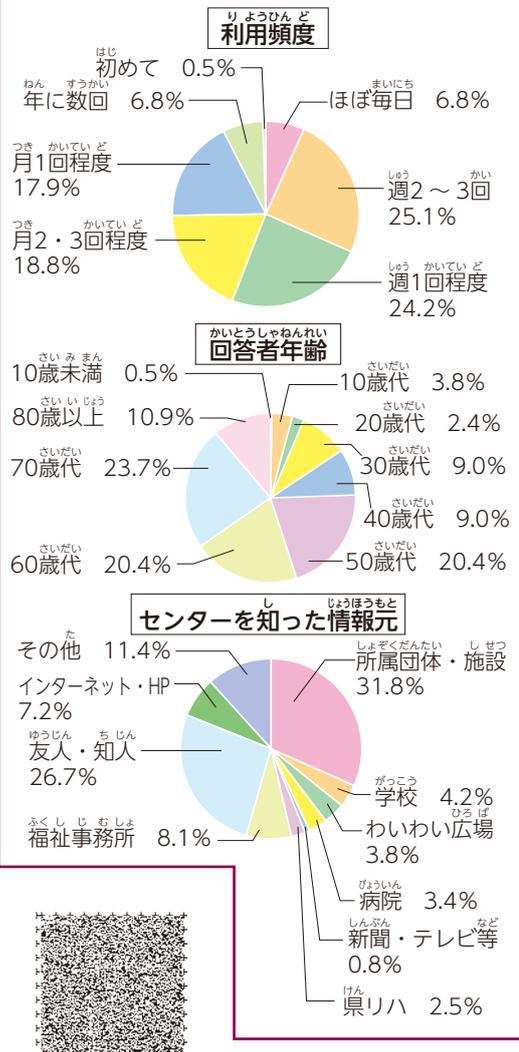
# 特集

## 顧客満足度調査の結果について

顧客満足度調査のアンケートにご協力いただきありがとうございました。回答は5段階で評価していただきました。平均点が高い項目が、①清掃の適切さ、②職員の状態・言葉遣い、③施設全体の満足度でした。

一方、低い項目は、①ホームページの内容のわかりやすさ、②スポーツ事業の内容の充実、③種類が豊富 となりました。今回は21名と多くの方に協力いただきました。アンケート結果や自由記述欄への意見を参考に、引き続きよりよいサービス提供に努めて参ります。

質問項目	平均
職員の態度・言葉遣い	4.59
傾聴・相談に応じる	4.42
意見・要望への対応	4.39
信頼できる	4.44
種類が豊富	4.07
内容の充実	4.12
参加決定の方法の明確さ	4.09
種類が豊富	4.06
内容の充実	4.04
参加決定の方法の明確さ	4.07
HPの内容のわかりやすさ	3.96
広報誌の内容のわかりやすさ	4.16
パンフレットの内容のわかりやすさ	4.11
掲示物の見やすさ	4.24
説明のわかりやすさ	4.48
受付の正確性	4.52
整理整頓	4.56
清掃の適切さ	4.66
照明・温度の適切さ	4.49
設備の安全管理	4.54
送迎バスの安全運行	4.39
施設全体の満足度	4.59
他者への推薦	4.55



※予定変更、中止となる場合があります。

## たいおん どうてき 体温を上げる「動的ストレッチ」でウォーミングアップ

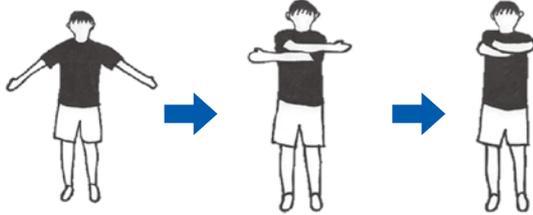
ゆっくり筋肉を伸ばすストレッチよりも、体温を上げやすく、運動やスポーツをするための準備ができます。



- Point**
- ①呼吸を止めずにリラックスした状態でいきましょう
  - ②ゆっくり小さく始め、少しずつ速く大きく動かしましょう
  - ③痛みがある場合は無理をしないようにしましょう

### アームハグ

回数：20回程度

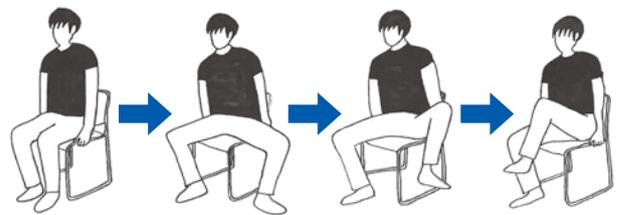


**!** 肩がすぐまないように意識しましょう

- ①肩甲骨を内側に寄せ、胸を広げるように両腕を横に伸ばします
- ②肩甲骨を外側に広げるように背中を丸めながら、肩を抱きしめます
- ③腕を上下交互に入れ替えます

### レッグスタンプ

左右・反対で各10回



**!** バランスを崩さないようにイスにつかまりましょう

- ①左足を横に広げ、股関節を中心に外側から内側に足を回します
- ②右足も同じように行います
- ③内側から外側への反対回しも同じように行います

## こんげつ よてい がつ 今月の予定 (3月)



日	よてい 予定	日	よてい 予定
1日(日)	午前 初日受付 (一般) 午前・午後 とびっきースポーツフェスティバル	16日(月)	休館日
2日(月)	休館日	17日(火)	休館日
3日(火)	午後 日常プログラム (体育館)	18日(水)	午後 日常プログラム (体育館)
4日(水)	午後 みんなでスポーツ (バドミントン)	19日(木)	午後 日常プログラム (屋外)
5日(木)	午後 日常プログラム (屋外)	20日(金)	
6日(金)	午後 みんなでスポーツ (テニス)	21日(土)	午前・午後 わいわいマルシェ 午後 みんなのおながく、アーチェリー初級教室、子どもスポーツ陸上教室
7日(土)	午後 スポーツ施設予約調整会、アーチェリー初級教室、子どもスポーツ陸上教室	22日(日)	午前・午後 ダウン症の日イベント
8日(日)	午後 にこにこおながくかい	23日(月)	休館日
9日(月)	休館日	24日(火)	午後 日常プログラム (体育館)
10日(火)	午後 みんなでスポーツ (ショートテニス)	25日(水)	午後 みんなでスポーツ (卓球)
11日(水)	午後 盆栽教室、日常プログラム (体育館)	26日(木)	
12日(木)	午後 日常プログラム (屋外)	27日(金)	
13日(金)	午後 みんなでスポーツ (テニス)	28日(土)	午前・午後 野菜摂取度測定会
14日(土)	午後 アーチェリー初級教室、子どもスポーツ陸上教室、リハビリ相談	29日(日)	午前・午後 野菜摂取度測定会
15日(日)	午後 アーチェリー場利用認定会	30日(月)	休館日
4月の休館日	6日(月)、13日(月)、20日(月)、21日(火)、27日(月)	31日(火)	夜間休館

