

第31号

もりまち通信

2022
秋

社会福祉法人 長崎市社会福祉事業団

長崎市障害福祉センターだより



手作りの【長崎くんち】（作：センター職員の西川さん）

Heart Center Headline News

～ご寄贈いただき

ありがとうございました～

診療所・松崎先生の知人の方より、作品の寄贈を賜りました。

『鬼滅の刃』やディズニープリンセスのキャラクターを折り紙で作成されたそうです。4階で診察を待っているお子さんたちに大人気の作品となっています。

とても貴重な作品を寄贈していただきありがとうございます。



チャレンジ・ボッチャ

7月6日（水）長崎市障害福祉センター開設30周年記念事業の1つである『チャレンジ ボッチャ』を当センター体育室にて、コロナウイルス感染対策のもと開催しました。

ボッチャ初心者の方からボッチャ歴数十年の方まで、多くの利用者の方にご参加頂き、気温に負けないくらい熱戦が繰り広げられました。



センター長も熱戦を見守っています



「ランプ」という道具を使って競技に参加しています



ボランティアとしてご協力頂いた「こころ医療福祉専門学校」の皆さん、ありがとうございました



入賞者の声



5年間で優勝を4回しました！
次も勝ちたいです。

楽しかった！

初めて参加しましたが
楽しかったです。

このようなボッチャを楽しめる
機会が増えればいいと思います。



優勝 工藤 弘道さん



準優勝 やまさき としあき 利明さん



3位 かしま たけし 健さん



3位 さだかた さだゆき 貞行さん



今年度中に30周年記念事業として、利用者の方が参加できる事業の開催を予定しています。センター掲示板やホームページでご案内させていただきます。ご確認よろしくお願い致します。

eスポーツ体験会



太鼓を使ったゲームの体験



まあくんの実演指導

7月10日（日）一般社団法人長崎県eスポーツ連合様のご協力のもと、当センター研修室にて「eスポーツ体験会」を開催しました。テレビ局や新聞社の取材もあり、「eスポーツ」の注目度がさらに高まっています。



「eスポーツ」とは、

ビデオゲームやコンピューターゲームなどを使った対戦型の競技です。障害の有無に関わらず、みんなで楽しめて、誰とでも真剣勝負ができます。



まあくんの公演

講師: 矢野 大貴 さん (通称: まあくん)

まあくんは、生まれつき身体に軽度の麻痺があります。父や姉の影響で「eスポーツ」と出会い、世界が広がりました。今や大きな大会で何度も優勝する腕前です。今回、実演を交えながら講演をして頂きました。参加されたみなさんは、目を輝かせながら楽しんでいました。

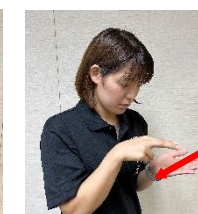
ワンポイント手話：「秋に関する言葉」

◎ スポーツ



両手を開き、交互に振って走るしぐさをします。

◎ 読書



①胸の少し前で手のひらを合わせ、本を開くように左右に開きます。
②左手にもった本を読むように右手の2指（人差し指と中指）と目を上下に動かします。



「子どもロコモ」ってご存知ですか？

「ロコモティブシンドローム」通称“ロコモ”は、年齢を重ねることにより筋力が低下したり、関節や脊髄などの病気を発症したりすることで運動機能が低下し、立つ・歩くなどの移動機能が低下した状態を指します。近年はスマホや夏場の猛暑・新型コロナウイルスの影響などにより、子どもが外で遊ぶ機会が減り運動不足や生活習慣の乱れで「子どものロコモ」となることが増えています。

子どもロコモになると、数分間立ってられない、しゃがみ込みできない、怪我しやすくなったりします。

【子どもロコモチェックポイント 5項目】

①片足立ち

5秒以上
立てるかな？



②しゃがみ込み

かかと
踵をついてしゃがみ
込めるかな？
立ち上げられるかな？



③両手上げ

真っ直ぐバンザイ
できるかな？



④前屈

手が床につくかな？



⑤グーパー運動

引くときに「グー」
伸ばすときに「パー」
パーのとき、相手に
手のひらが見えて
いるかな？



“コロナロコモ”にも注意しよう！

5項目の中で1つでもできない場合、子どもロコモの可能性ががあります。また、新型コロナウイルスの影響で大人もロコモの注意が必要です。おうち時間を有効に使い、子どもも大人も楽しめる遊びを考え、適度に運動する習慣を身に付けましょう。



【プール定期点検のお知らせ】

令和5年1月4日～1月20日まで

プールを利用することができません。ご協力をお願い致します。



発行：社会福祉法人 長崎市社会福祉事業団 広報委員会

住所：長崎市茂里町2-41 〒852-8104 ホームページURL：<http://www.nc-swc.or.jp>

TEL：095-842-2525 FAX：095-842-2568

【開館時間】9：00～17：00（木・土9：00～21：00）

【休館日】毎週 第4日曜日

発行日：令和4年10月1日

↓HPはこちら↓

