

事務局日記

こんにちは！事務局兼支援員の森常（もりつね）です。「NPO 法人いもむし」ご利用の皆様、ご家族の皆様、地域の皆様、特別支援学校の先生方、また、関係する各位、いつも大変お世話になり、感謝申し上げます。また事業の運営に対して、ご理解ご協力いただき誠にありがとうございます。

「いもむし」も平成 26 年 6 月で満 8 歳になります。利用していただいている子供たちや、大人、職員も年々増え、今では「箕輪」「柏」「大井」と三つの事業所があり、利用者の皆さん、職員含め 70 名を超える程の大所帯となりました。これも皆様方の応援と、理事長の吉田の人間性というか、周りの人々を巻き込み、良い方向へ導く（周りの人に導いてもらっているのかもしれませんが）“ちから”のおかげだと思っております。さらに、平成 26 年 4 月より新たな事業として生活介護事業所「ポム」の運営を開始いたしました。これからは、こども（小学生）から大人まで一貫した支援をし、すべての人が地域の中で一緒に暮らせるようにしてゆきたいと思っております。これからも理事長の吉田共々、応援よろしくようお願い申し上げます。

ポムの「体力、機能回復・維持活動」が始まりました！



「学校を卒業すると、運動不足になって体力もなくなるし、太りそうだし・・・心配！」ご家族のこの一言から、理事長の吉田が『生活介護事業所「ポム」では、活動の中に“運動”を取り入れよう』と決心しました。普段の活動は“農作業”を中心に行っています。

“農作業”と言うと、重労働で「体力的にもきつそう！」と思われそうですが、実は、力が必要な作業は少なく、

本当の意味で「力」を必要とする農地整備（耕すこと）は、機械がやってくれます。そのため、「どこで」「どんなこと」をすれば良いかと悩みました。漠然と走ってもらえば良いというわけでもないし・・・すると、「灯台もと暗し」ですね。「知り合いにスポーツクラブ経営者がいるよ」という職員がおり、紹介して頂きました。話をすると私たちの事業に共感してくださり、二つ返事で協力して頂けることになりました。

スタジオでボール等を使用した「室内運動」、プールで歩行やストレッチをする「水中運動」を、それぞれ月に 1 回ずつ、合計 2 回、始めました。支援員も一緒に汗をかき、インストラクターさんを見習って、笑顔で行っています。利用者の皆さんには、体力テスト（簡易）に挑戦してもらいます。1 年後にまたテストを行う予定です。結果はどうなるかな？楽しみですね！また次回、ご報告いたします。

※本事業は「セブンスイミングクラブ牧の里（印西市）」さんのご協力を頂いて実施しています。



上段：室内運動の様子。準備体操の後、
（左）ビーチボールを落とさないようにキャッチボール（中）頭上から後ろの人にパス（右）股下から後ろの人にパス



下段：水中運動の様子。準備体操の後、
（左）プールサイドを持って腰をツイスト（右）プールサイドに座って、リズムに合わせてバタ足