

ねりまの自由と友情を推進する情報紙

UDアクション! 創刊号

○ボッチャをはじめよう!

○光が丘でボッチャはじまっています

はじめてみよう! あなたの

UDアクション!



「ボランティア」っていうほどでもないけど、「自分も楽しめることが誰かのためになる」そんな活動を私たちは『UDアクション』と名付けて、皆さんに紹介する広報紙をつくりました。その名もずばり『UDアクション!』。記念すべき創刊号の特集は、最近盛り上がり始めたユニバーサルスポーツ『ボッチャ』。ボールを的(白い球)に向かって投げたり蹴ったり転がしたり、ちょっとした工夫で誰でも楽しむことができるレクリエーションとして、区内で活動の輪が広がっています。お年寄りやお子様などのご家族も、いつも顔を合わせると近所さんも、いつも挨拶している車イスの方も、みんな誘って一緒に楽しんでみませんか。交流を通じて様々な人々を知るーUDアクション初めの一歩です

UDアクション!

ボッチャ特集

VOL. 1.2

ユニバーサルデザイン推進ひろば

ひろばのボッチャ活動記録

2013年9月1日
@光が丘第三アパート集会所・多目的広場



2013年8月18日
@光が丘第3アパート
集会所・多目的広場



2013年10月14日
@光が丘体育館
体育の日記念事業



2013年11月3日
@光が丘体育館 ねりスポフェスティバル



2013年9月28日
@春日町青少年館
ボッチャ交流会

ユニバーサルデザインレポート

UDアクション! 創刊号

発行: 練馬区健康福祉事業本部 福祉部 経営課

編集: (公財) 練馬区環境まちづくり公社 練馬まちづくりセンター

お問合せ: 練馬区健康福祉事業本部 福祉部経営課 【練馬区役所西庁舎3階】

TEL: 03-5984-1296 FAX: 03-5984-1214

地域の皆様との交流拠点として

光が丘福祉園

普段はボーリングを楽しむ僕たちも、ポッチャは初めてです。いっしょに覚えて、楽しみましょう。

練馬区立光が丘福祉園は「障害者総合支援法」に基づき運営している知的障害者の生活介護事業所です。39名の利用者の方が、4つのグループに分かれ、作業・ウオーキング・運動・外出・余暇活動などをおこなっています。ボールを使ったレクリエーションが得意なグループでは、プログラムを捜していたところでした。まちづくりセンターからの「レクリエーションポッチャ」へのお誘いにすぐに「やってみよう」という声があがりました。福祉園全体でも皆ではじめようということになり、地域にお住まいの方も誘って、月一回ポッチャの活動日をつくり、楽しい時間を一緒に過ごすことで、交流もできたら・・・と夢がふくらんでいます。



施設長の多々良さん 支援主任の田代さん

ボーリングに少し似ているかなあ



福祉園でまってるよ!



【練習日程】

毎月第1月曜日 の 13:45-14:45

今年度のスケジュール

9月2日(月) 10月7日(月)
12月2日(月) 1月6日(月)
2月3日(月) 3月4日(月)

※11月の練習はお休み

【問合せ先】

光が丘福祉園 (担当: 田代)
光が丘2-4-10 TEL: 03-3976-5100
メール: hikari-fukushien@diary.ocn.ne.jp

垣根のない交流を目指して

練馬ポッチャクラブ

パワーアップカレッジ*で知った「ポッチャ」。障害のある方はもちろんのこと、子どもから高齢者まで、垣根なく一緒に楽しみ交流できると活動を始めようとクラブを立ち上げた3人。地域のイベントでもパワカレ有志で「ポッチャ」を出店し、ゲーム運営のコツを探っていました。今後はパワカレの仲間とも連携しながら区内での対抗戦を目標として、当面は地区祭や高齢者の方、障害者の方が集まる施設を中心に「出前ポッチャ」に取り組んでいく予定。



パワーアップカレッジとは・・・

「地域福祉パワーアップカレッジねりま」(通称: パワカレ)は地域福祉を担う人材の育成を目指し、区が設置した学びの場。座学だけでなく区内をフィールドに地域福祉のリアルが学べる。2年の学生生活で地域の仲間やネットワークができたり、卒業後の活動や運営についても学ぶことができる。ポッチャクラブメンバーもパワカレの仲間。

【問合せ先】

練馬ポッチャクラブ (担当: 小原)
メール: bonten@b-star.jp TEL: 03-3993-5451 (まちづくりセンター)

ポッチャをきっかけに色々なことを一緒に楽しみましょう! 気軽に参加してね



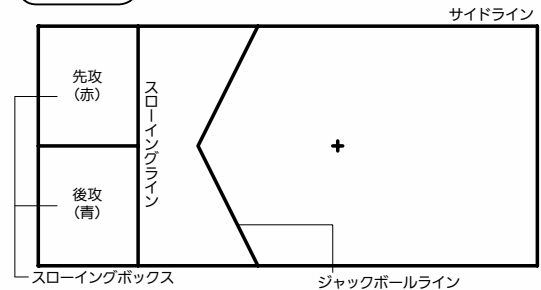
沖山 紀子さん 小原 あき子さん 稲木 祐二さん

白いボールにいちばん近いチームが勝ち! ポッチャをはじめよう

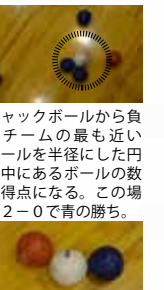
ゲームの進め方

- 1 先攻チーム(赤)がスローイングボックスから目標球(ジャックボール)をジャックボールラインより遠くへ投げる
- 2 そのまま、先攻チームが赤ボールを目標球めがけて、なるべく近くにとまるように投げる(写真左)
- 3 後攻チームも目標球をめがけて、なるべく近くにとまるように投げる
- 4 これ以降は、審判の指示に従って目標球に遠いチームがボールをなげる(写真中央)
- 5 全てのボールを投げ終えたら、ゲーム終了。目標球を中心から負けチームの一番近いボールまでを半径とした範囲にある勝ちチームのボールの数が点数になる。(写真右)

コート



勝敗



ジャックボールから負けチームの最も近いボールを半径にした円の中にあるボールの数が得点になる。この場合2-0で青の勝ち。

引き分け。

投げ方いろいろ



転がす 補助具で転がす 投げる ける

そもそもポッチャとは・・・

重度脳性麻痺者を中心としたパラリンピックの正式種目です。今回は、大人も子どもも障害のある人もない人も楽しめるレクリエーションとして取り上げています。

光が丘で『ポッチャ』はじまっています!

障がいがあってもスポーツを

SSC 光が丘

SSC 光が丘(特定非営利活動法人 総合型地域スポーツ・レクリエーションクラブ光が丘の略称)は、設立10年を迎え障害の有無に関わらず、スポーツを楽しむ交流ができる場を作つていきたいと検討していました。その折、昨年度のオリンピック・パラリンピックの盛り上がりやまちづくりセンターが実施した「ポッチャ体験会」への参加がきっかけになり、10月に区内で初めてアリーナに車いすの方をお招きしたポッチャに取り組みました。現在は月2回の定期事業に、発展しています。



副理事長の数馬田さん



『楽しいポッチャ』

とき: 第2・第4木曜日 18:30~21:00
ところ: 光が丘体育館
参加費: 500円

【問合せ先】

特定非営利活動法人 光が丘総合型地域スポーツ・レクリエーションクラブ(通称: 光が丘 SSC)
メール: ssc-hikarigaoka@nerimassc.gr.jp
TEL&FAX: 03-5968-1600