

# さらクラブが日頃の感謝をこめて みんなで楽しく体験会を実施！！

暖かい天候に恵まれた中、笑いヨガ・ノルディックウォーキング、それぞれの講師の先生を迎えて体験会を行いました。笑いヨガは、ぎこちない笑いで始まりましたが続けるうちにおなかがよくゆるむほど大笑いする方もおられました。ノルディックウォーキングについては説明を受けた後、屋外に移動して行いました。ポールを使用することで安定感をもって歩くことができる為、良い全身運動となり、参加した皆さんと共に笑顔あふれる心身ともに温まる健康的な一日となりました。

講師 笑いヨガ 中村淳子  
ノルディックウォーキング 辻 正彦 (香南ししまるスポーツクラブ)  
木内ひとみ (むれスポーツクラブ)



開催日時：平成26年2月16日(日)  
開催場所：かがわ総合リハビリテーションセンター  
参加総数：総勢30名

リハビリセンター  
体育館にて

高松市生涯学習課より講師派遣依頼を受け、「スキップクラブ」にてスポーツ教室を行ないました。クラブで行なっているふうせんバレーで楽しんで頂きました。



## 喫茶コーナー出店

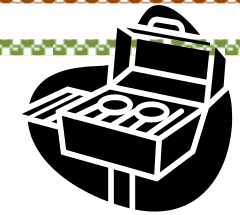
12月23日(月)、ボランティアを含め総勢15名でリハセンター・クリスマス会に参加しました。ステージで繰り広げられる歌や踊りを楽しみながら、挽きたてコーヒーと香り高い紅茶、ジュースを販売、クリスマスの雰囲気彩りを添えました。販売にはリハセンターの職員の方々にもご協力頂きました。有難うございました。

クリスマス会実行委員会一同



## 26年度新たに予定しているイベント情報

・旅行 ・バーベキュー



会員の方からのご提案で上記の事業を予定しています。実行委員が未定で計画が進んでいません。

会員の皆様の中で、一緒に企画を考えてくれる方は、いませんか？  
ご協力頂ける方は、事務局までご連絡下さい。

早いもので「さらスポーツクラブ」も設立6年目を迎えることとなりました。これもひとえに会員・関係団体、皆様のご協力のお蔭とっております。さらスポーツクラブが目指す、全ての人が気軽にできるスポーツや文化活動の環境の場を提供することを切磋琢磨しながら少しずつではありますが、進んでいるのではと思います。来年度も皆様協力のもと、多くの事業を予定しております。今後も会員・関係団体皆様の御協力の程、よろしくお願い致します。

さらスポーツクラブ代表 中田賢二

### さらスポーツクラブが目指しているもの

全ての人(子どもから高齢者に至るまで、障がいの有無に関わらず)が能力に関わらず生涯に渡り、気軽にスポーツ・文化活動に携われる環境の場を提供すること、また世代や障がいの枠を越えた交流を通じて相互理解を深めることにより、つながりを持ちお互いの可能性を広げることを目的としています。



ご意見・ご感想： ☎087-813-5016 E-mail sara.takamatu@nifty.com

発行責任者： 宮崎有加・高岡憲美・半田重子

