

室蘭市社会福祉協議会ボランティアセンター
〒050-0083 室蘭市東町2-3-3 ハートセンタービル
電話 0143-83-5031 / FAX 0143-47-0123
本誌は、赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています

Twitter(ツイッター)

@muroranshakyo



Youtube(ユーチューブ)

室蘭社協チャンネル



福祉社交ダンス「ときめきの会」の活動を紹介!

福祉社交ダンス「ときめきの会」は、視覚や聴覚、身体に障がいがある方とボランティアで構成する団体です。社交ダンスを通して楽しみながら交流し、健康づくりに生かすために活動しています。手話ボランティアの方が「自身の特技である社交ダンスを、障がいがある方にも楽しんでほしい」と平成26年に立ち上げ、現在は22名で活動しています。



どんな活動をしていますか?

毎月2回、会員が集まりダンスレッスンを行なっています。手話通訳者や視力障がい者ガイドヘルパーの会員がサポートしてくれるので、安心して社交ダンスを楽しめます。また、活動の趣旨に賛同したダンス講師が定期的に参加してくれており、会員の技術向上に繋がっています。

練習の成果を披露するため、道内のブラインドダンス競技会やダンスパーティーなどに参加しています。現在は夏に開催される競技会に向け、練習に励んでいます。



最初はステップから始めて、ワルツ、タンゴなどの踊りを練習します。

活動の楽しみを聞かせてください!

社交ダンスは良い運動になるだけでなく、踊りを覚えることで頭を使い、体幹も鍛えられます。練習の待ち時間は、気心の知れた仲間同士でおしゃべりが弾みます。また華やかな衣装をまとうことで「気分が明るくなれる」と喜ぶ方や、技術向上のためにダンス教室に通う方もいます。

体を動かすと気持ちが良い生活に張りが出てきます。ダンスを通して、遠方の障がい者の方と再会もできました。また交流を持つことができ嬉しいです。(障がい者の会員)



今まで練習してきた手話を使って、このように障がい者の方のサポートができて嬉しく思います。これからも続けていきたいです。(手話通訳会員)

一緒に活動しませんか!

福祉社交ダンス「ときめきの会」では会員を募集中です!

- ①視覚・聴覚・身体に障がいがあり、社交ダンスを楽しみたい方
- ②社交ダンスを指導できる方

ダンス未経験の方・市外の方も大歓迎!

大久保代表は「社交ダンスを通じて、会員同士の交流や健康づくりになります。みんなで楽しく踊っていますので、ぜひ見学にいらして下さい。社交ダンスは奥が深く、とても楽しいですよ!」と笑顔で話してくれました。



福祉社交ダンス「ときめきの会」代表 大久保昇さん



ダンスを見ていただくことで私たちが励みになります。

ほかにも様々な催しでダンスを披露しています。

練習日 6月5日・19日(いずれも日曜、10:00~12:00)※月2回 **室蘭市障害者福祉総合センター ぴあ216(東町)**

連絡先 ☎090-2874-0520(大久保会長)

室蘭フロアカーリング協会の活動を紹介!

ボラセンに
仲間入り!

裏面にキャスターがついていて
軽い力で送球できます

フロアカーリングは、季節や天候に左右されない室内競技として平成5年に北海道新得町で誕生したニュースポーツです。
現在は全国に広まり、子どもから高齢者の方まで多くの方が楽しんでいます。



どんな活動をしていますか?

室蘭フロアカーリング協会は、室蘭市内のフロアカーリング愛好者が大会で好成績を収めたことをきっかけに、フロアカーリングの楽しさを伝えようと平成17年に立ち上げた団体です。
練習会や体験教室を開いているほか、毎年春には「室蘭フロアカーリング大会」を開催し、会員同士が磨いた腕を競い合います。



フロアカーリングを行なうには、凹凸のない床面と10メートル以上の広さが必要です。

このほか、毎年開かれる胆振地区大会や全道大会に出場し、何度も入賞しています。全国大会では3年連続で優勝したこともあります!

どのようなスポーツなんですか?



送球者のわずかな力加減やコートの木目などにより、フロッカーの到達先は変わってきます。

ターゲットを目標けてフロッカーを送球し、近づけて得点を競います。身体への負担が軽くルールもシンプルなので、初めての方でもすぐに楽しむことができます。フロッカーが思わぬ方向に進んでしまい逆転することもあり、ゲームの面白さを生んでいます。

5月9日に開かれた練習会には60代から80代の会員約25名が参加しました。会員同士で応援の声を掛け合い、休憩時間もおしゃべりが弾む、笑顔があふれる練習会でした。



練習会の様子

一緒にやってみましょう!

地域サロンや催しに会員が出向く体験教室を開催しているほか、練習会の見学もできます。

練習会 毎週月曜13:00~14:45 栗林商会アリーナ(入江町:総合体育館)

連絡先 ☎090-3775-7789 (藤田会長)



室蘭フロアカーリング協会
会長 藤田 佳伸さん

藤田会長は「フロアカーリングは、仲間と楽しく運動しながら交流が深まり、気分も明るくなって健康づくりに大いに役立ちます。えみなメイトでも皆さんから好評をいただいています。皆さんもぜひ一緒に楽しみましょう!」と元気に語ってくれました。

NPO法人 シニアネットいぶり「パソコンで遊ぼう2022」を開催します!

シニアネットいぶりでは、幅広い世代がパソコンやインターネットの活用方法を楽しみながら学び、生きがいや仲間づくりに繋げることを目的としてパソコン講座を開催します!

日時 6月12日(日)10:00~15:00

会場 FKホールディングス 生涯学習センター きらん 2階 多目的室



パソコン無料相談



動画作成体験

理事長の工藤恵美子さんは「便利で楽しいパソコンの活用方法として、Zoom(Web会議)や、自分が描いた絵が動くAR(拡張現実)の体験コーナーなども設けています。パソコンが初めての方や、お子様も楽しめる内容になっていますので、ぜひ遊びに来てください」と話してくれました。

連絡先 ☎090-3684-5843 (担当:浦崎さん)

お問い合わせ

室蘭社協ボランティアセンター(工藤) ☎83-5031 ※月~金曜日(祝日を除く)9時~17時

★次回のボランティアだより発送協力作業は6月20日(月)13時30分から会議室で行ないます。