



きかんし  
機関紙

だいごう  
第19号

ふきや  
スポーツ吹矢

じぎょうだんりわん 事業団理念  
ともに生きる心を育み  
あゆみ しゃかい じつげん  
ともに歩む社会の実現

発行：社会福祉法人大阪府障害者福祉事業団  
茨木市立障害福祉センター ハートフル  
〒567-0819 茨木市片桐町 4-26  
TEL 072-620-9818 FAX 072-620-9812

発行責任者：所長 浅川 孝  
平成30年9月1日 第19号

にんじゃ どうぐ ふ や なが センチ  
忍者の道具である吹き矢は長さ30cmくらいでしょうか。

しょう ひと ひと こうりゅうこうざ だい かいめ  
障がいのある人、ない人の交流講座の第1回目は、  
なが センチ ないけい センチ つつ つか ふきや  
長さ120cm、内径1.3cmの筒を使った「スポーツ吹矢」  
でした。イメージしていたものより筒がかなり長く、  
おごそ さほう ぶどうきょうしつ  
厳かな作法もあり、武道教室のようでした。



ふきや つか  
スポーツ吹矢で使われる、  
つつ や まと まと  
筒・矢・的・的シールです。

じっさい メートルさき まと や あ  
実際にやってみると、6m先の的に矢を当てるのは、  
むずか しゅうちゅうりょく と ぎ てんすう と  
さほど難しくはないのですが、集中力が途切れると点数が取れません。  
きょうぎ たの おお ひと  
ポッチャのようにパラリンピック競技になれば、この楽しさがもっと多くの人に  
ひろ おも  
広がると思われます。

さんか みな ねっしん きょうぎ と く ようす じかん や  
参加された皆さんは熱心に競技に取り組まれた様子で、2時間は「矢のように」  
す  
過ぎました。



ふきや きほんどうさ さほう  
スポーツ吹矢には基本動作(作法)があります。



なんてん  
何点になるのかな？

まと ちゅうしん しろ ぶぶん  
的は中心の白い部分  
てん そとがわ  
が7点、その外側の  
あか ぶぶん てん  
赤い部分が5点、その  
そとがわ しろ ぶぶん  
外側の白い部分が  
てん そとがわ  
3点、さらに外側の  
くろ ぶぶん てん  
黒い部分が1点です。

へいせい ねんどこうき こうざ じゅこうしゃ ぼしゅうちゅう  
**平成30年度後期 ハートフル講座の受講者を募集中!**

10月から後期のハートフル講座が始まります。

① 茨木市内在住の障害者

- 【エアロビクス】▼10/6～ 第1・3土曜日、10:00～11:30 ▼定員12人  
 【卓球】▼10/13～ 第2・4土曜日、10:00～11:30 ▼定員10人  
 【陶芸】▼10/13～ 第2・4土曜日、13:30～15:00 ▼定員6人 ▼費用1500円

【楽しいインターネット活用法】

- ▼10/10～ 毎週水曜日、9:30～11:30 ▼定員5人 ▼費用1000円程度  
 ▼10/6～ 毎週土曜日、9:30～11:30 ▼定員5人 ▼費用1000円程度



② 茨木市内在住で療育手帳を持っている人

- 【音を楽しもう】▼10月14日～ 第2・4日曜日、10:00～11:30 ▼定員7人  
 【絵画】▼10月6日～ 第1・3土曜日、13:30～15:00 ▼定員6人 ▼費用300円

③ 茨木市内在住者の相互交流講座

- 【さわやか健康体操】▼10月11日～ 第2・4木曜日、9:30～11:00 ▼定員20人  
 ▼費用1300円



☆全ての講座に関する共通事項☆

- ・場所：茨木市立障害福祉センター ハートフル
- ・対象：18歳以上の方。
- ・備考：全8回。申込みが多数の場合抽選（抽選日9月13日木曜日、午後1時 ハートフルにて）。費用はいずれも教材費です。
- ・申込期間：9月1日～8日。（日・月曜日を除く）  
 午前9時～午後5時に、電話・ファックス・メール（住所・氏名・生年月日・電話番号・希望講座名・障害者手帳の種類と等級を記入）、または直接ハートフル窓口へ。

問い合わせ（ハートフル） 電話：072-620-9818、FAX：072-620-9812  
 メール：heartful@sfi-osaka.net

「広報いばらき」9月号や、大阪府障害者福祉事業団の「ハートフル」ホームページ（<http://www.sfi-osaka.net/15heart/>）の“事業案内”にも掲載しています。

新任職員紹介

木下久美（受付事務） 5月より、毎週木曜日と金曜日の受付事務を担当させていただきます。まだまだ不慣れですが、明るく元気に！をモットーに頑張りますので、よろしくお願いたします。





# ぞんじ ご存知ですか？ピラミッドゲーム

ちいきかつどうしえん がた まいしゅうもくようび ごご  
地域活動支援センターⅡ型で、毎週木曜日午後カードゲームをしています。

## もくてき 【目的】

- のう てき  
• 脳トレーニング的ゲーム
- ゆびさき うんどう  
• 指先の運動
- りようしゃどうし  
• 利用者同士のコミュニケーション
- こうか  
• リフレッシュ効果
- わら ごえ えがお ひ  
• 笑い声と笑顔を引きだす

## 【ピラミッド・カードゲーム】

トランプの「大富豪」に似たルールです。

1が1枚、2が2枚…12が12枚、

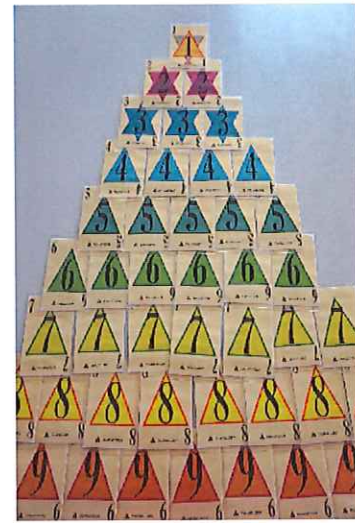
13が13枚の全部で91枚を使うゲームです。

おな すうじ だいぎゃくてん いちど だ  
同じ数字のカードを一度に出すこともでき、  
ばあい だいぎゃくてん  
場合によっては、大逆転することもあります。

だれ だ か ひ  
誰がどのカードをいつ出すのか…駆け引きが  
こうふん  
うまれ、ハラハラドキドキの興奮があります。

## 【ゲームをした利用者の感想】

- い とき  
• 1位になった時はうれしい。
- ふだん たの  
普段、カードゲームをしないので楽しみに  
エム だんせい  
しています。(Mさん 男性)
- とお はじ あ ひと せいかく  
• ゲームを通して初めて会った人の性格が  
き  
わかるような気がします。
- わたし いっかん おも エー じょせい  
私はコミュニケーションの一環と思っています。(Aさん 女性)



ピラミッドゲームのカード



手の代わりにカードを支える自助具



ゲーム中の様子



がつごろ かいおくじょうていえん ようす  
7月頃の4階屋上庭園の様子です。

ゆり じょうおう い げんさん  
「百合の女王」と言われているヨーロッパ原産の  
カサブランカが<sup>たいりん はな みこと さ</sup>大輪の花を見事に咲かせてくれました。



かい かなん やさい はな そだ  
4階の花壇やコンテナで野菜や花を育てました。  
たね そだ ま か み  
種から育てたミニトマトが真っ赤な実をつけ、たくさん  
しゅうかく  
収穫することができました。



ことし いばらきし しみん  
今年も茨木市の「みどりのカーテン市民モニター」に  
おうぼ そだ  
応募し、ゴーヤときゅうりを育てました。



せいかつかいごりよう やさい  
生活介護利用のみなでとれたての野菜をいただきました。

じぶん そだ かくべつ かん  
自分たちで育てたので格別おいしく感じられました。

かんない りようしゃ こえ  
また、館内の利用者さんからも「おいしかった」の声を  
かつどう はげ  
いただき、活動の励みになりました。



はな さ たか  
ひまわりの花は3つくらいしか咲いていませんが、高さは

センチ こ たいふう かせ た  
180 cm を超え、台風の風にもなんとか耐えることが

できました。次はどんな花が咲いて、実をつけるのでしょうか。楽しみですね。

せいかつかいご そのべ  
(生活介護ハートフル 菌部)

### ぼうさいくんれん 防災訓練をします



がつ にち すい ころ  
10月3日(水) 13:30~14:15頃

ぼうさい ひなん くんれん おこな  
ハートフルの防災(避難)訓練を行います。

かんない かた う かた  
館内におられる方、サービスを受けている方は

ひなんくんれん しょうかくんれん さんか きょうりよく ねが  
避難訓練、消火訓練に参加、協力をお願い

します。

### しえん こうちょうかい 支援サービス公聴会について

がつ にち にち  
11月11日(日) 10:30~

かい だいかいぎしつ こうちょうかい  
4階大会議室にて公聴会を

かいさい  
開催します。

くわ べつ あんない  
詳しくは別に案内いたします。

ねが いた  
よろしくお願い致します。