



3月がスタートしました！まだまだ、寒い日もありますが、差し込むお日様の温かさに春の訪れを感じるようになりました。これから、どんどん過ごしやすい季節になりますね♪花粉症の方にとっては辛い季節がやってきた！？サン・アビリティーズでは室内でできる楽しいスポーツ・文化教室をたくさん企画しています。どうぞ、皆さんチェックして申し込んでくださいね(\*^^)v



こちらの写真は、2月号でお知らせした「第32回日本障がい者ダーツ選手権大会」にて表彰された方たちの記念写真です。ダーツクラブのメンバーさんが持ってきてくれました。皆さん素敵な笑顔ですね！おめでとうございます☆

## 館内工事終了のお知らせ

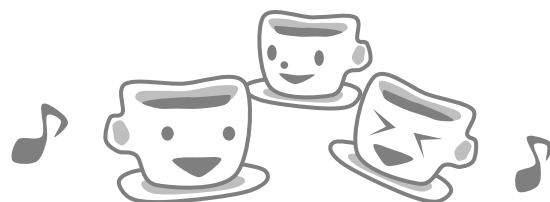
屋内給水管・給湯管の老朽化に伴い、更新工事を行いました。工事期間中は工事の音や、仮設トイレの使用など、皆さまには大変ご迷惑をおかけしました。皆さまのご協力のおかげで、無事工事は終了いたしました。3月より通常通り使用できます。ありがとうございました<(\_)\_>

## 地域懇談会のお知らせ

毎年恒例、地域懇談会開催のお知らせです。横川地域の方、利用者の方達に集まっていただき、色々なこととお話する会です。日頃、感じていること、困っていること、なんでも自由にお話ができる場です。今回は特別に健康体操教室も合わせて実施します！どなたでも参加できますので、どうぞ遊びにきてください♪

日時：3月26日（土）13:00～15:00

会場：宇都宮市サン・アビリティーズ

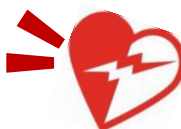


## 普通救命講習開催のお知らせ

普通救命講習は消防本部認定の講習です。心肺蘇生法や簡易応急手当などを学びます。修了者には修了証が発行されます。人数制限がありますので希望者は15日までに申込してください。

日時：3月18日（金）9:00～12:00

会場：宇都宮市サン・アビリティーズ



いざという時のために…  
受けたことがある人も…

お教室

## トールペイント

紹介



トールペイントとは…陶器、木、ブリキ、布、ガラス等素材を問わずに様々なテクニックで絵を描くアートの事をいいます。デザインが豊富で、誰にでも簡単に絵を描くことができます☆

2月6日(土)平成27年度トールペイント教室の第4回目が開催されました。講師は佐藤才知子先生です。様々なところで活躍されており、いつも素敵な作品を提供してくれる先生です。今回は、キーフックを作成しました。初めての方でも、とっても可愛らしく素敵な作品が出来上がります。道具なども先生が貸して下さるので、気軽に挑戦することができますね!28年度も4回予定(日程未定)しています。ぜひ、チェックして参加してみてくださいね(\*^^)v



↑お教室の様子。和気あいあいです。

## 障がい者スポーツ

紹介コーナー



ダーツとは円形的的に向かい矢を投げ得られた得点により優劣を競う競技です。競技の一番の特徴は、ノーハンディキャップにあります。ダーツをボードまで投げることができれば、年齢差・性別・体格・障がいの有無を問いません。ダーツは障がい者の方にも完全オープンですので、リーグ戦やトーナメントにも問題なく参加でき、ボードを低く設置するホイールチェア



ダーツ競技会(車椅子ダーツ)では、健常者が車椅子を利用して参加することも可能です。視力障がい者のために、ボードに音源が付属した「オーディオダーツ」が考案されました。音源の位置を耳で判断して、標的を狙います。このダーツも、視力に障がいのある方もない方も全員がアイマスクをつけてプレーする、ノーハンディキャップゲームです。(JSFDホムページより引用)このように誰でも楽しめるダーツ、初心者の方も丁寧に教えてもらえる教室が4月から始まります!気軽に始められるので、ぜひ挑戦して見て下さい♪申込はサン・アビ受付まで(電話 FAX 可)

ダーツ教室 日程	4月14日、5月12日、6月9日、7月14日、8月18日、9月8日、10月13日 11月10日、12月8日 【時間】10:00~12:00 【費用】無料 3/3より受付中です!!
-------------	--

## 5月スタート教室案内

【太極拳教室】 5月6日~7月22日 まで 毎週金曜日 13:30~15:30

【カラオケ教室】 5月21日~11月5日 まで 第1・3土曜日 13:00~15:00

【ラージ卓球教室】 5月18日~7月20日 まで 第1・3・5水曜日 13:30~15:30

すべて無料。各教室定員20名。障がい者手帳をお持ちの方優先。健常者の方も参加できます。

いずれの教室も4月3日午前9時より受付開始します。電話・FAX・直接来館にて申込みしてください。TEL・FAX 028-656-1458 宇都宮市サン・アビリティーズ