



新年度がスタートしました！桜もあっという間に満開となりましたね。これから、ますます暖かくなって春本番ですね(^^)／

サン・アビリティーズの各種講座も4月からどんどんスタートしていきます！
まだ、参加OKな講座もたくさんありますので、チェックしてみてください♪
今年度もどうぞ、よろしくお願いいたします！！

第1回サン・アビカップ（ボッチャ）開催



3月19日（日）第1回サン・アビカップ（ボッチャ）を開催しました。昨今、注目を集めているボッチャはパラリンピックの正式種目！赤と青のボールを投げ、白い的玉にどれだけ近づけられるかを競う競技です。ボールを投げられない人は勾配具を使って投球できます。

はじめての開催でしたが、20名ほどの申込みがあり、さらに、当日は栃木県障がい者スポーツ指導者協議会からも指導員の皆さんが応援に来てくれました(^^)／

指導にあたっては、千葉県ボッチャ協会より3名来てくれました。午前中はボッチャ教室として、ルールや、投げ方などを学びました。午後は大会！！9チームに分かれて団体戦を実施しました。優勝は、茨城ぼっちゃん倶楽部さん！日頃から練習しているチームはやはり強いですね！
第1回目は楽しく開催することができました！これからも定期的にも実施していきます(^^)／

各種教室開催しました[★]

3月は各種スポーツ教室を実施しました！



【カローリング教室】3/7

床上でできるカーリングに似たスポーツ！いかに、的の中心に自分のジェットローラーを近づけるかを競うゲームです。

思ったように転がらず悪戦苦闘～3人ずつのチームで団体戦です。皆でワーワーと騒ぎながら楽しくプレイできました。

【健康体操教室】3/3,10,17,24,31

健康体操教室は28年度、新たにスタートした教室です。こちらにあるカラオケ機器の中には介護予防プログラムが多数盛り込まれています。そのプログラムを利用して指導していただきました♪ただ、体を動かすだけでなく、頭のトレーニングもあり楽しい教室でした(^^)/



【車椅子バスケットボール教室】3/9,16

車椅子に乗って行うバスケットボール！全2回の日程で実施しました。走行練習、パス練習、シュート練習とみっちり教えていただきました。基本練習のあとは、練習に来ていたバスケットチームの選手とミニ試合を実施！選手の素晴らしいプレイに圧倒されました(^^)/



【ビームライフル教室】3/8,22 光線銃を使用した射撃競技。小さいのぞき穴からの的の一点を狙い打ちます。一発一発に集中して行うので、集中力も養われます。ビームライフルはサン・アビリティーズでも利用できます。ぜひ、チャレンジしてみてください!(^^)!

サニ・アビボラ緑化クラブさん

現在はパンジー、ビオラの手入れを中心に作業をしてくれています。咲き終わった花柄は、どんどん摘んでいくことで新たな花が咲き続けるそうです(*^_^*)

