

# 風の子通信

2023年度版⑥ 2023年12月



## 2023年今年もいろいろありました♡

急に寒くなりましたね。風の子のまわりのイチョウやポプラ並木が急に色づき始めたと思ったら、あっという間に落葉しました。コロナも落ち着いたため、様々なイベントに参加する機会ができて、風の子のみんなも評価されることが多くなりました。一部をご紹介します。



### 第17回 ふれあい螢駅伝大会 風の子ランナースズ 総合4位入賞

風の子ランナースズは、成人した風の子メンバーが月2回千波湖でランニングしているチームです。今回初めて、令和5年11月25日（土）に開催されたふれあい螢駅伝に6人で参加しました。一人当たり、1.5kmを走り、たすきをつなげるものです。参加申し込みから1ヶ月。練習日は雨続きで、たすきの受け渡し練習は2回しかできませんでした。日々の練習が功を奏し、参加15チーム中4位の成績で表彰されました。後日、主催者から記念品としてチョコレートのたてをいただきました。



### ナイスハート美術展 茨城県精神保健福祉会会長賞

毎年参加しているナイスハート美術展です。今回は2作品出品いたしました。そのうち、陶板作品で出展した共同作品が茨城県精神保健福祉会会長賞を受賞しました。受賞者を代表して片野歩さんが、表彰状を授与されました。もう一つの作品も入り口の一番目立つ場所に展示されていたため、評判になっていました。



### 明治ホールディングス株式会社株主様からの お菓子の寄贈がありました。

以前にもいただいたことがありましたが、今回も全国の中から選ばれて風の子に明治ホールディングス株式会社の株主様からお菓子の寄贈がありました。クリスマス前ということもあり、放課後等デイサービスに参加しているみなさんにプレゼントとしてお配りすることができました。



## 今回のリラクゼーション講座♪

令和5年12月9日（土）第5回目の仲主先生リラクゼーション講座を行いました。親子参加2組いらっしゃいました。今回は、寝る前や朝起きる前に行う布団の中でできる体操や、ちょっとした信号待ちにリラックスするための体操などを教えていただきました。参加された中学3年受験生もリラックスした顔を見せてくれて、受験勉強をがんばると帰られました。次回の第6回は令和6年1月28日（日）となります。ご参加お待ちしております。

