

**第63回近畿知的障がい者福祉大会 本人大会  
「作ろう」の開催について**

ワークス いけじま 管理者 十川 知己

本人大会の「作ろう」では「ステンシル」を実施しました。ステンシルとは紙や布などに型紙越しにインクを転写する模様付けの方法です。インクを染み込ませたスポンジで切り絵を上からたたくと切り絵の空いた部分にインクが転写されます。



今回は前半に布製のバック、後半に布製のポーチにステンシルを行いました。前半、後半併せて約40名が参加されました。中には前半と後半両方参加され、バックとポーチ両方を作られた方もいらっしゃいました。

最初にハガキほどの大きさの画用紙で何枚か練習をして、やり方を覚えてから…いざ本番！となりましたが、思っていた以上に皆さん上手に取り組みました。



色々な型紙の中から自分の好きな型紙を選んで、インクを着けたスポンジを布にトントンとたたきつける作業を根気よく続けて…出来上がった皆さんの作品は、個性豊かで素敵な仕上がりだったと思います。

皆さんが自慢の作品を持って笑顔で帰られる様子を見て満足していただけで良かったと思いました。



【本人大会／「作ろう」会場風景】

**第63回近畿知的障がい者福祉大会 本人大会  
「動こう」の開催について**

港第二育成園 管理者 織田 洋一

本人大会「動こう」では、クレオ大阪中央4階のセミナーホールで前半と後半の2回に分けて「笑いヨガ」を開催しました。前半は18名、後半は22名の皆さ

んが参加されました。笑いヨガで大切なのは「かけ声」。両手をたたきながら「ホッホッ、ハハハ！」と発声します。これが笑いヨガの基本動作の1つです。ヨガの呼吸法である腹式呼吸が自然にできるようになるとのことです。次は「やったー、やったー、イエーイ！」というかけ声で、手をたたいてから両腕を上へ大きくあげる動作。ポジティブな言葉を使うことで、気分が明るくなることが期待できるそうです。講師の『あやちゃん』こと岩倉あや子氏と、『たかぼん』こと横井孝明氏のレクチャーのもと、参加者全員で笑いヨガを実践しました。

最初のウォーミングアップは、個々に仮想の物を取り取る、食べる等のイメージをしながら動作を行います。そして、そのイメージを徐々に膨らませて…日本を飛び出してハワイまで飛行機に乗って行き、美味しいものを沢山食べています。ハワイからの帰りは運賃が少し足りずに手漕ぎのボートで帰ることになったのですが…笑。

活動中、皆さん楽しいイメージが沢山できたようで会場内は笑顔で溢れていました。楽しみながら腹式呼吸も取り入れて、しっかりと運動もできました♪



【本人大会／「動こう」会場風景】

**第63回近畿知的障がい者福祉大会 本人大会  
「見よう」の開催について**

居宅介護事業所 管理者 服部 剛志

本人大会の「見よう」では、2つの会場に分かれて、ザ・ドリフターズの「8時だヨ！全員集合」と「ドラえもん」のDVDをそれぞれ前半と後半に分けて上映しました。開会式典の後、上映会場に移動された際にどちらを観るか個々に選んでいただきました。いずれもよくご存じの内容ということもあり、殆どの方が迷わず選ばれていました。「見よう」には29名が参加され、「8時だヨ！全員集合」は16名、「ドラえもん」は13名の方が鑑賞されました。1回あたり1時間15分ほどの上映時間となりましたが、途中退席する