

<今年度の集大成の準備>

今年(2019年)の1カ月を切ってしまいました。今年度(平成31年度)が終わるまではあとたった4か月です。スイッチでは、11月12月の2カ月で、今年度の集大成に入る為の準備に入りました。

4月からの8か月間で、習得しきれなかったけれど、もう少し迫りたい! 詰めたい! 可能性を引き出したい、見たい! という部分の見直しを行っています。1月から3月までの3か月間で、最後の追求を行って行きます。

<トレラン>



スイッチ初のイベント「トレラン」を開催しました! 予想以上の皆様のご参加、本当にありがとうございました!

目的は、保護者の皆さんには、「スイッチの活動を知って欲しい」「体験をして欲しい!」。子ども達には、「これまでの活動成果を発揮しよう!」でした。

結果、どのチームも練習よりも3分~5分程縮めてゴールが出来ました! 凄い☆

初めてのイベントで、準備などに不手際もありましたが無事に終了出来ました。また、参加型のイベントなど開催していきたいと思えます☆

素敵で、今後のスイッチの大きな希望と力になる、ご感想本当にありがとうございました!

参加して頂いた方の感想を別紙にご紹介させて頂きました。まずは、ご感想を拝見して、アンサーから!

- 普段のスイッチの活動とそれに対しての子供たちの様子と現状などを知って頂くことができ本当に良かったと思います。

体力だけではなく、頭フル回転で活動をしています! 外活動においては「スイッチ語録」の理解は必須です!

例えば「谷津山の階段、清水公園、君と一緒にスイッチに帰る」だけで行けちゃいます☆
(逆走と合流のスキル)

ここにたどり着くスキルが身に付けられるように日々トレーニングを重ねています。

- 今回のイベントで、みんなかなりスゴイ力を身に付け、緊張感を持ちつつ楽しみながら活動をしているのを実感しました。(大人が????(分からない)という事も、当然のように理解をして行っています)
- 日頃のトレーニングからの慣れ、それゆえのスキルアップは相当凄いですよ!
- 普段は、山だけでなくどこに行くにも、1グループ多くて4人くらいで活動をしています。山では一般の方を優先した歩きや走りをしています! 挨拶も必須です!
- トレラン後、そのままスイッチの活動に参加のみんなとの会話と雰囲気。 昼食後……

Aくん +α 「疲れてないんだよね~」

スタッフ 「だって、いつもと変わらない……いつもより少な目の活動だったからね~(笑)」

午後もガッツリ活動しました☆(^_^)

スイッチの活動は全て、「自立」「思考」「応用」などの<社会性と生活力>に繋がっています!

「参加者の感想」

子どもがここまでたくさん歩けるとは思わなかったし、それを毎週やっている事に本当に驚きと成長している嬉しさを感じました。そして自分自身も、身体を動かす楽しさに気づきました。

キツイキツイと話を聞いていたので、8月くらいから夜、歩いたり走ったりと少しずつトレーニングしていました。当日は子供たちについて行くだけで周りを見る余裕などなく…。子ども達そしてスタッフの方が凄いです。先日、ある方から「スイッチさんのようなデイは他にはないからいいですよ。」と話していました。日頃の活動に感謝です。

平地だけで参加をしましたが、楽しく参加させて頂きました。次回はもう少し長く一緒に歩いてみたいと思いました。もう少し詳しいコースの地図があると助かります。

息子と山登りに行くときは歩いていたので走るとは思ってませんでした。他の子どもたちについて行けるか心配でしたが、スタッフさんの協力もあって皆と同じペースでゴール出来ました。私自身も徐々に体を動かしたのでとても気持ち良かったです。

初めてのイベント参加でしたが、スタッフの配慮のお陰で楽しく歩けました。また、身長も低く歩幅も小さいのですが、一定の声かけと励まして、少し遅れてはすぐ追いつくといった繰り返しでゴールまで歩ききることが出来ました。目指すは、先輩のように長い距離を頑張ること。おなかのあたりの筋肉が弱いようなので、家でも筋トレをして鍛えていきたいと感じました。スタッフの励ましや支えは本当に感謝です。放デイ以外で力を発揮する場面が見られるようになり、スイッチさんに入れて頂いて本当に良かったと思っています。

スタッフに励まされて、コースも考えて頂いて何とか無事に終えることが出来ました。子ども達の頑張りを見ることが出来ました。本当にスイッチさんの活動や考え方は素晴らしい！感謝の言葉しかありません。

とても楽しく参加をさせて頂きました。我が家は1週間前に下見を行いある程度のルートや注意点が分かった上での参加だったので何一つ、不存なく取り組めましたが、そうでない場合はわからなかつたらうな一と思いました。かなり山道を走るタイミングがあり一般の方がスイッチ集団が通り過ぎるまで、横によけてくれるのは申し訳ないと感じました。今後行って欲しいイベントは、もっと活動を知ってもらい、スイッチの取り組みの素晴らしさを広められるようなイベントがあるといいな一と思いました。

世の中の守りに入っている保護者の皆様は、子ども達可能性をもっと知って欲しいと思います！さくらマラソンも参加します！T- シャツ作りますか!?

スタッフの皆様お疲れ様でした。当日、保護者の方々が多く参加されていてビックリしました。出来たら少しでも参加したいと思っているので、来年(次回)また開催されたら、体調を整え参加したいと思います。

大変だろうなあと覚悟はしていましたが子どもたちのペースについて行くのは予想以上に困難でした。フルで参加した父親は信号で走り出せず早々に離脱。無理なくと帰り道だけにした。私は、平地は余裕でしたが、山道になるととてもついて行けず、ずいぶん遅れを取ってしまいました。息子は特に大変そうでもなく淡々と歩いていて、これは体力的にも精神的にも鍛えられているな一と改めて見直しました。それにしてもどの子ども達も楽しそうに歩いていて頼もしい限りですね。

とても貴重な体験をありがとうございました。参加した夫は、「△△は、逞しくなったなー。散歩のようなイメージだったけど真剣に一生懸命走ったり、歩いたりして驚いた！すごいなー」と言っていました。私は普段の活動をなんとなく知っていたのですが、夫は、ほとんど知らなかったのでこのような活動を体験する機会があつて良かったです。

最近自分の方が父親より体力があることを知った息子は、「オールでの参加は無理だから区間②からの参加の方がいいこと。」生意気な事を言う。ムツとしながらもここは息子の意見を尊重し、区間②での参加にさせて頂きました。週末には体調を崩し、結果的に2日間禁酒となり、当日は体調万全。8:45にスイッチに集合。集合場所には自転車で移動。ここでも「お父さんと一緒だから5分早く出発すると」上からの発言。偉そうになつたなーと思ひながらも息子の意見を尊重し早目の出発。8:40に到着しました。

9:25、子ども達の出発を見送り、徒歩で区間②の集合場所である浅間神社に移動。10:30頃、待ち合わせという事でマイペースで歩く。今思えば、ここが一番幸せでした。出発前に説明のあつた、観音様に向かって歩くと、ちっかさんからは「100段階段を右に歩くとありますから」と、如何にも近くにあるようなお言葉。しかし、100段階段から右に歩くと、観音様は現れずひたすら登ること10分。すると、ちっかさんグループに遭遇。うちの息子はまだ待ち合わせ場所で休憩中との事。出発地点は更に先かーとどんよりしながらようやく区間②の集合場所である観音様に到着。この時点で出発前に渡されたお茶は空で汗だくの状態。5分ほど休憩をし、Cグループメンバーと出発。すると下り坂を走る走る。あつという間に息子グループは視界から消えてしまいました。当日、毒が冗談半分息子リュックに付けた鈴が活躍。鈴の音を頼りについて行きました。100段階段に到着した時点で子供たちは既に階段を下りていて、走りながら左に向かっているのを確認。階段を下りて長谷通りに、遠くに子どもたちを発見しジョギングスタート。焼き芋屋さんのあたりでようやく追いつく。ここから清水公園まで一緒に移動。ここでも歩くスピードが速く、途中で走らないと追いつけないレベル。清水公園に到着し上りの階段についた途端、いきなり走り出す。ここで心が折れ、追いついて行くのを諦めました。一人の散歩は寂しく疲れだけが残りました。途中で一緒に参加をしていたママさんと合流。下り坂を歩きましたが、膝が笑って降りるのもままならない状態でありました。結局、子ども達の到着から15分遅れてスイッチに到着。

改めて子どもたちの体力の凄さと息子の発言が、強気ではなくその通りだったことを理解でき、帰宅後、万歩計を確認したところ18000歩、12Kmと表示されていました。夕方、疲れた様子もなく普段通りに帰ってきた息子にスイッチの凄さを改めて感じました。運動不足の私には厳しいイベントになりましたが、普段の活動を感じることが出来、非常にいい経験となりました。ありがとうございました。

とても楽しく参加出来ました。一緒に歩きたかったのですが途中から合流が上手くできず、結局子どもたちが先にゴールしてしまっていました。山道は最初から同行しないと難しいですね。歩くのが速すぎて自転車で丁度いい感じでした。子どもたちの様子が伺え、友だちとの関わりも見れて、とてもいい機会でした。今後もイベント参加したいです。イベントでないとなかなか親が自ら同行することが出来ないのも…(^_^) 参加賞も沢山でビックリしました。

トレランイベントありがとうございました。子どもは歩きなれているけれど、私は普段運動をしないので、不慣れもあり、1週間前から自宅周辺を歩きましたが、当日子どもたちと歩き出してみると、ペースが速く驚きました。ママまでの道もついて行くのがやっとで、山道は追いつくことが出来ず、途中でリタイヤしてスイッチに戻りました。息子が笑顔で歩いたり走ったり、お友達やスタッフさんと一緒に過ごす姿を見て息子は人が好きで歩くのも好きなんだと再確認できました。