

おしどり ふれあいだより

第 126 号

(2021 年 5 月号)

〒520-3244 湖南市サイドタウン 3 丁目 15-18

TEL (0748) 74-0005 / FAX 74-0403

E-mail oshidori@chiiroba.jp

動くからだ、躍るころろ!



さあ始めよう! '筋活' せいかわ

【総合事業】ふれあいの家おしどりニュース (毎週火・金曜日 ふれあい楽舎にて活動中)

より充実した活動をめざして

総合事業ふれあいの家は、開所からもうすぐ丸4年を迎えます。この4年の間で様々なことに取り組んで来ました。コロナ禍の現在、できることは本当にかぎられてしまっていますが、その日・その時・その時期に合った活動をみなさんと一緒に考えて行ければと思います。ちょっとした一工夫によって、“心がさらに躍り、そして体がますます動く” ことにつながるのではないのでしょうか。

タオル体操 生のピアノ伴奏で!

火曜日の午前中は音楽とともにタオル体操にみなさんで取り組んでいます。「365歩のマーチ」の歌に合わせて体を大きく動かす体操です。4月からはスタッフのピアノ伴奏で体操をしています!生の音楽は、五感に直接働きかけるので、頭や体が活性化されます。また、途中で柔軟にテンポを変えることで体操の楽しさも倍増します。みなさんからも「やっぱり生の音楽はいい!」と大好評です♪



「いま、綺麗やから!」

「竜王にある桃の花が今すっごい綺麗やねん!」朝いちばんKさんのこの言葉にみなさんの心が動き、ドライブに行くことになりました。「こんな綺麗な初めて見た!」とみなさん大喜びで帰途に着きました。幅広い情報は嬉しいです。



楽舎の畑、順調です!

冬に植えたじゃがいもや玉ねぎの葉が青々と伸びて順調に育っています。毎週のお世話の賜物ですね!



メンバーご紹介

4月から毎週火曜日に来られているYさんです。男性の方が仲間に加わって、益々賑やかに楽しく力強くなりました。



ここは雰囲気がいいです。年の差があんまりないから話しやすい。みんなしゃべってくれるからありがたいです!

