



あゆみ Letter

2021年3月の行事

《発行》NPO法人S・I・N 集いの場あゆみ
〒730-0813 広島市中区住吉町 10-2
正岡ビル102 Tel (082)567-5584
編集：松風 天耕（松末耕平）

みな ひろしまし しんがた しんきかんせんしゃ しょうにんずう
皆さんこんにちは、広島市の新型 コロナの新規感染者 は、少人数 をキープ

ひごろ どりょく おも なが たたか
しています。日頃からの努力 のたまものだと、思っております。長い戦いになりそう

がんば こうざ こんかい
ですが、頑張っていきましょう。ゆいぽーとで講座ができるようになりました。今回

こんげつ はじ こうざ こうざ へいじつ かつどう
のあゆみレターは、今月 から始まった、AKI さんのダンス講座、ヨガ講座、平日 の活動

ようす ひろしまじょう だいはくらんかい の たの
の様子、広島 城 かわいい大博覧会 、アートなど載せますのでお楽しみに。

ひろしまじょう だいはくらんかい ごこくじんじやさんばい
「広島 城 かわいい大博覧会 と護国神社 参拝 をしてきました。」

か ひ にん かつた はる しょくいん
3/9 (火)に、この日のメンバー8人と、勝田さん、そしてこの春 からあゆみの職員

かんげいかい か ひろしまじょう だいはくらんかい
になった、かんちゃんのかんげいかい を兼ねて、広島 城 であった、かわいい大博覧会 と

ごこくじんじや さんばい い りようしゃ くん たび くるま めんきょ しゅとく
護国神社 の参拝 に行ってきました。利用者の T君がこの度、車 の免許 を取得 さ

あんぜんうんてん きがん じ こ き つ
れたので、安全 運転 を祈願しました。事故のないよう気を付けてくださいね。そして

ひろしまじょう だいはくらんかい どうぶつ か じく かいが
いよいよ広島 城 へ、かわいい大博覧会 は、動物 をかたどった、掛け軸や、絵画、

むかしなつ おも さけ
昔 懐かしいおもちゃなど思わず、「かわいい〜」と叫んでしまうものが、

たくさんありました。



アキ こうざ はじ
「AKIさんのダンス講座がいよいよ始まりました。」

にちようび にち とうようび
3/7の日曜日と、13日の土曜日にダンサーで、あるアキさんの

こうざ はじ にち ぶ ぶ わ おこ
ダンス講座が、始まりました。7日は、1部と2部に、分かれて、行ない、

かだいきょく
まずストレッチをして、課題曲 、ニジューの「メイク・ユア・ハッピー

の なわと ご い す すわ あしぶ
ー」に乗せて、縄跳びダンスをしました。その後、椅子に座って、足踏み

をして、ひら と にち
をして、開いて1、2で閉じるのをやりました。13日のダンスは、

きめつ やいば きょく の おど あと あいだ ふくしゅう
鬼滅の刃 のテーマ曲 に乗せて踊った後、この間 やった、復習 を

あき おもしろ かつ
しました。アキさんはとても面白い方です。



ひさ こうざ ひら
「久しぶりにヨガの講座が開かれました。」

にち すぎはらせんせい むか こうざ
3/14 (日)に杉原 先生 をお迎えして、ヨガの講座が

ひら にんずう にん わ ぶせい
開かれました。人数 を6~7人に分けて、1、2部制でゆいぽーと

のフィットネスルームで行われました。杉原 先生 も髪型 がイメージ

チェンジされていたのでびっくりしました。最初 に腕 を押し上げて

しんこきゅう お
深呼吸 をしながらゆっくり降ろすのをしました。

つぎ き えいゆう いち に
次に樹のポーズと、英雄 の①と②のポーズをしました。

き としき ひと かつたあした
樹のポーズの時 できる人は片足 立ちでやっていました。



たいかん きた おも
ヨガは体幹 が鍛えられるのでとてもいいと思います。

「ライフスペースともあるさんにランチに行ってきました。」

3/19（金）に、利用者5人と、草羽さん、勝田さんと、熊野町にあるともあるさんに2回目の見学に行きました。利用者さんや、竹内さんも元気だったので安心してしました。前回には内覧会の時は、お食事はごちそうになったのですが、今回は1人780円を払っていただきました。メニューは小松菜のお浸しと、鶏肉、たけのこ、レンコンの煮物、みそしる、お漬物、ごはんでした。食後にはデザートも出していただきました。ありがとうございます。食べたあと、日向ぼっこをして施設の暮らしぶりを拝見しました。利用者さんが草取りをしていらっしやいました。



「あゆみ音楽クラブ、新曲を練習しています。」

3/22（月曜日）に行なわれた、彩さんを迎えての音楽部は、沖縄出身のバンド「MONGOL800」の「こいのうた」を練習しました。今回はYさんが、リコーダー、Hさんが、キーボード、天耕とRさんは、鈴を担当しました。タイミングが、つかみにくい曲だったのですが、うまく弾けて良かったです。いっぱい練習して、みんなに聞かせたいです。

「アート部で、こいのぼりを描いています。」

3/8と、15（月曜日）は、猪原先生をお迎えして、アートをおこないました。前回のひな人形が、ほぼ完成しました。Yさんのひな人形は、素晴らしくほれほれしました。今回はこいのぼりアートをしています。猪原先生がもってきてくださった、金魚やたこ、トビウオなどに、色を塗りました。みんな、色づかいが素晴らしかったです。15日は、自分で考えて自分だけの、こいのぼりを作ろうということで、赤を統一した色に仕上げました。はさみで切ってパネルに張りますこいのぼり風か紙上水族館になるのか、出来上がりが楽しみです。



今年はお花見ができなかったのですが、写真でお楽しみください。

