



あゆみ Letter

2022年4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）

みなさん、こんにちは。あったかい日が続いていて、今の季節は何をやっても気持ちいいですね。今回のあゆみレターは、講座の様子やアート、平日の活動の様子、今月から新たな試みとして、あゆみ食堂がオープンしました。その様子をお伝えます。感染者が増加傾向にあります。

マスク着用や手指消毒など引き続き頑張っていきましょう。



あゆみの前の桜で花見



「ノリノリダンスで、レッツスターティン!!」

4/2（土）は、ゆいぽーとのフィットネスルームで、昨年以来となるジョーさんを迎えてのノリノリダンスが開かれました。まずストレッチをして、課題曲 三代目ジェイソウルブラザーズのナンバー「RYUSEI」でした。振りには左右を向いて、風を払うポーズや、ステップで足踏みをしたりしました。ボランティアの草本くんや、ジョーさんのノリ突っ込みが面白くて、爆笑の渦に包まれました。

「彩さんのピアノコンサートが開かれました。」

4/3（日）は、ゆいぽーとと研修室で彩さんのミニコンサートが開かれました。今回もプログラムと同様に歌詞カードが配られ、知っている曲は口ずさんでいました。今回もJ-POPや、鬼滅の刃メドレーなど、バラエティーに富んだ内容でした。Tくんは初参加でしたが、楽しかったそうです。私の感想は、J-POPが増えた分、クラシックが減ったのではないかなと思うのですが、でも楽しかったです。

美しい歌声とピアノの音色



「二葉山展望台に花見に行きました」

3月から、新しくボランティアに加わった、女性の猪原先生の歓迎もかねて、4/4（月）平日のメンバー5人と、草羽さんと一緒に、二葉山の展望台に花見に行きました。天気も良く暖かくて、桜が満開でした。

展望台からは広島市内と瀬戸内海が見えました。

広島市内がよく見えました。桜も満開



「あゆみ食 堂」を始めました。」

今月 から新たな試 みとして、あゆみ食 堂がスタートしました。まずは

週 に1回 やってみて、みんなの意見を聞きながら、回数 を増やしていきたいと

思います。作って下さるのは、高齢 者施設で働 いていた、栄養士 の資格を

お持ちの三戸さんと、障害者 施設で働いていた、あゆみのボランティアさ

んでもある、猪原 さん（女性）です。1回目は、4/12（火）に

開かれました。野菜をふんだんに使っていて、身体にやさしい食事 です。メニ

ューは、ごはん、味噌汁、若鶏 の塩焼き、菜の花の卵 炒め、おひたしでし

た。2回目は4/18（月）に開かれ、ごはん、味噌汁、鶏肉 と厚揚げの炒り

煮、菜の花のサラダ、ぬたでした。皆さんも楽しみにしてください。1食 はひ

とりあたり200円です。詳しくは写真 をご覧ください。

（4/12のメニュー）



野菜たっぷり

味付けも good!



（4/18のメニュー）



「小鳥マーケットに行ってきました。」

4/13（水）に、平日 のメンバー4人と、草羽さん、辻村 さんと

一緒に、広島 そごうの9階 で、開かれていた、小鳥マーケットに

行ってきました。実際 のインコとかはいませんでしたが、書籍 や文房具

など、小鳥に関するいろいろなものが並んでいました。見たあと、ペット

ショップに、寄りました。ハムスターが、円形 の中を走ったり、珍しい

生き物がたくさんいたりして、癒されました。

「アートは、マジックスクリーンを始めました。」

4/19（火）と26（火）の猪原 先生 をお迎えしてのアートは、マ

ジックスクリーンを始めました。まず、鉛筆 で下書きをして、自分の

描きたい絵を決めて、枠の中に絵を描いて、色 を塗っていきます。色 を

塗ったら、外枠 をはさみで切つてのりしろをつけます。そして重 要な

部分に、しるしをつけます。例えば、H さんのハンバーグだと思ったら、

引っ張ってみると、ひまわりでした。天耕 は、石 ころに見えますが、

実は葉っぱです。小鳥マーケット

のチラシを参考にしました。

