



あゆみ Letter

2023年7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 7月は、雨がよく振りましたね。雨が降ると心配なのは、

豪雨災害です。危険が迫っていたら近所で声をかけあって、早く安全な場所に避難

しましょう。体調を崩していないでしょうか。これからますます暑くなります。しつ

かり水分と塩分をとりましょうね。無理をせず、しんどかったら休みましょう。

今月のあゆみレターは、講座の様子、平日の活動の様子です。お楽しみに！！

「猪ちゃんアートは、夏の壁画アートをしました。」

7/5（月）と18（火）は、猪ちゃん先生をお迎えしてアートが行われ、秋の

壁画アートをみんなで、仕上げました。秋の紅葉や人物、とんぼなどの虫などを

色えんぴつや、ポスカを使って色を塗りました。K君のように筆で鮮やかに塗ってい

た人もいました。18日には、青いパネルに貼り付ける作業をしました。

審査に通れば、秋に開かれるあいサポート展に

出展できます。

みなさんも祈って下さい。



秋らんまんの森へ

「現代美術館のコレクション展に行ってきました。」

7/4（火）に利用者3人と勝田さんと、現代美術館で

開かれている、コレクション展に行きました。まず、びっくりした

のは、入り口を入ってすぐのところに大きな、こいのぼりがありま

した。そして比治山公園を書いた作家が、作品をわざわざ重い

に担いで公園内を歩く姿はすごいと思いました。他にも草間彌

生さんのかぼちゃをモチーフにした

作品がありました。



「ひろしま美術館に堀内誠一展を観に行きました。」

7/5（水）に、ひろしま美術館で開催中のアートディレク

ターでもある、堀内誠一さんの展覧会がありました。堀内さん

は絵本の挿し絵や、雑誌のロゴも制作しています。本展では絵本

作家、堀内さんの作品が紹介されています。有名な作品とし

て「ぐるんぱのようちえん」や、「たろうのおでかけ」などがあります。

ぜひ、みなさん観に行ってみてください。



「セーラーMusicは、楽しいな！！」

7/12（水）と、24（月）は瀬良先生にお越しいただいて、セーラーミュージックが開かれました。まず歌集から、「おはよう～はじまりのうた」と「虹」を歌った後、リズムうちをしました。先月やった野菜の名前をまず、リズムよくやった後、焼き肉の部位名、食べ物（洋食）の名前を手拍子と声で表現します。10分休憩した後、みんなでエーデルワイスをハンドベルで

演奏しました。瀬良先生は、みんなの気持ちを

がっちりつかんでの先生です。

みなさんも都合がいたら参加してくださいね。



「ヨガは前半呼吸を意識した運動、後半はポーズをしました。」

7/16（日）は、杉原先生をお迎えして、ヨガの講座がありました。この日

は全員で1時間半頑張りました。前半はマットの上で呼吸を意識した

運動をしました。ヨガの呼吸法は、鼻から吸って鼻から吐きます。あぐらを

かいて腕を押し上げたり、寝転んで下半身を使っの運動をしました。

後半は、樹のポーズや英雄のポーズをしました。

この日見学に来られた広大のみなさんも、一緒にさんかしました。



「アキさんのダンスがありました。」

7/23（日）に開かれた、アキさんのダンスは新しい曲を練習しました。この日は踊り隊が多かったです。Sさん「愛のしるし」R子さんが、「ちょっとだけ体操」Hさんが、「USA」Yくん、Tくん、R子さんと「ネクタリン」Mさんが「ハレ晴れユカイ」を踊りました。その中から、今日はR子さんが踊った「ちょっとだけ体操」をみんなで踊りました。歌詞と踊りが独特で面白く大爆笑でした。何か

「カウカウ」のあたりまえ体操に似ていました。来月もお楽しみに。

「あゆみ食堂今月もおいしい料理をありがとうございます。」

あゆみ食堂は、今月は7/3、11、16、22（31も行う予定です）今月もあいあいねっとさんと、調理を担当してくださった、三戸さん

たちに感謝です。みなさんにも願いがあります。作ってくれた方々に感謝し残さず食べてください。野菜嫌いな人は克服しましょう。

