



# あゆみ Letter

2024年9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。体調は大丈夫でしょうか。この時期になっても、まだ

暑いですね。なかなか秋が来ませんね。もうしばらく辛抱しないといけないかもしれ  
ません。こう暑いと身体に力が入らなくなりますね。

今月のおゆみレターは、ヨガや紙芝居の講座や、あゆみ食堂、

アート平日の活動の様子をお伝えします。お楽しみに。

「ヨガはダンスも初めて取り入れました。」

ガラポンであそびました。



9/8（日）に開かれたヨガは前半と後半、2グループに分かれて行ないました。

まず呼吸をととのえながら、腕をあげた後ヨガでは初めてとなるリズム体操をしま

した。振りは上下に腕をふりながら、足を曲げて、次に腰をまわし両手を広げて、

左右に揺れます。最後にひざを交互にあげてたたきます。後半は樹のポーズと英雄の

ポーズをしました。杉原先生に「みんな上手になったねー」と褒めていただきました。



「紙芝居を披露していただきました。」

9/15（日）の講座は、ひろしま紙芝居村

の阿部さんと助手の戒能さんをお迎えて、



紙芝居をご披露いただきました。「かっぱの親子」から「いのちをい

ただく」まで持ってきた作品をノンストップで読んでいただきました

た。途中で戒能さんが得意のフルートを演奏しました。最後の

「いのちをいただく」は、一人の酪農家が飼って



で亡くなってしまい、食用の肉になって

しまいました。命の大切さを



思い知らされました。

「アートは木の車やヘビの飾りを作っています。」

みなさんの協力で3か月作成した「ピースタウン・ひろしま」

が完成し、次の課題に取り組んでいます。木の車や来年の干支のへ

びを作っています。灯りの家も作っています。

へびは胴体を粘土に貼り付けて顔としっぽ

も別に作ります。乾いたら色を塗って

いきます。

ヨーロッパふうのおうち



「祝日」の活動の様子を伝えます。」

9/16と23日の、祝日はこんな、活動をしました。16日は、7人と孫さん、熊さんが参加して、室内レクでジェスチャーゲームをしました。草羽さんがお題を出して、女子チームとSさんと男子チームに分かれて、それぞれがお題の紙を引いて、動物やスポーツ、食べ物など身体で表現して、グループでお題の言葉をあてます。スピードを競い合いました。午後はまだ暑いのでかき氷を、味わいました。



23日は、瀬良Tにお越しいただき、セーラーミュージックを行いました。

いつもの手遊び歌「茶摘み」と

「アルプス一万尺」をしました。

Mさんと孫さんコンビは、

とても上手でびっくりしました。

その後、ハンドベルや太鼓をしました。

100均で買ったマットを

バチで叩く太鼓もどきの演奏でした。



ドン・ドド  
・ドント

「郷土資料館」で「ごんぎつね展」がありました。」

9/18(水)に郷土資料館に行って、新美南吉の代表作である「ごんぎつねが語る昔の暮らし」展に行きました。ストーリーを簡単に紹介すると、ごんがいたずらの罪を償うために、兵十に食べ物を届けるという話です。しかし兵十がごんを撃ち殺してしまいます。新美は、ごんのような孤独な幼少期を過ごしたそうです。



「あゆみ食堂」は、今月は

今月のあゆみ食堂は、今のところまだ2回です。今月もあいあいねっとさんから、たくさんの食材を提供いただきました。ありがとうございます。8日のメニューは、ゴーヤチャンプルと揚げ出し豆腐や牛肉を甘辛く煮たすき焼き風煮、うどん汁がありました。11日は五穀米のハヤシライスにサラダがありました。五穀米はよく噛んで食べると体にいいと言われています。

