



あゆみ Letter

2019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、朝晩 だいぶん涼しくなってきましたね。この季節になると、体 を

動かしやすいですね。秋 と言えば、スポーツ、芸術、読書、食欲 の秋 がありますが、

皆さんはどんな秋 を満喫 しますか。今回 のあゆみレターは、ダンスの講座、あゆみの平日 の

活動 の様子を、載せますのでお楽しみに。あゆみでは、みんなと楽しく活動 するために、ソフ

トバレーボールと、ゲームを買いました。ソフトバレーボールは、スポーツにも使ってみてくだ

さい。ゲームは2種類 買っていて対戦 もできます。マリオパーティと2020東京 オリン

ピックです。色々 な種目 がそろっています。どうぞお楽しみください。

あゆみの平日 の活動 の様子をお届けします。「ヨガマットを掃除しました。」

毎月 1回、ヨガの講座をしていますが、みんなが使っているヨガマットを掃除しました。ヨ

ガマットを全部広げて、汚れを洗剤 で取り除き、雑巾 でからぶきをして、机 に並べて、陰干し

しました。みんなが使うものだから、いつでもきれいに
しておきたいですね。

みんなのヨガ
マットいつも
きれいに



「9月のお祝いランチ」と「アートギャラリー宮内 にいきました。」

9/2 (月) に平日 の活動 で今月、誕生日 の草羽さんと辻村 さん

をお祝いするため、ランチを作りました。Hさんの提案 で、ナポリタン、
スープ、サラダでした。

誕生日
スペシャル
メニュー



調理 は女性陣 に任せて、男性陣 はあゆみ号 で廿日市市宮内 にある、

「アートギャラリーミヤウチ」に行きました。ここは2階に暗い空間 の

中、ボタンを押すと星が輝いて見えて、幻想的 な空間 でした。3階に

は、音がる石 や、テーブルがあって絵を描くこともできるスペースが

ありました。また行きたいと思います。帰りに廿日市市特支学校 の前を

通って帰りました。松風 の母校で懐かしかったです。



音が鳴る石
めずらしいなあ



「チーム☆ラボに行ってきました。」

9/6（金）にNTTクレドホールで、チーム☆ラボ、学ぶ未来の遊園地という、イベントに行ってきました。このイベントは毎年開かれているもので、中は暗いので、足元に気を付けて見学しました。暗闇の中、動物たちが移動して見える、プロジェクションマッピングや、円形の中のこびとに手をかざすと、飛んだり、跳ねたりして、かわいさをアピールします。自分で書いた魚の絵を動かすこともできます。

今年は新たに滑り台が登場しました。子供に人気のイベントですが、大人も楽しむことができます。

チーム☆ラボ、は、幻想の世界

「みんなで月見団子を作りました。」

9/23（月）に、あゆみの休日開所として、秋は中秋の名月でお月見ということで、みんなでお団子づくりと室内ゲームをしました。勝田さんと代表者

3名が、買物について戻ってからお団子づくりをしました。アルミホイルで器を作って、一塊をみんなで丸めました。終わってから軽く食事をして、昼から団子を茹でに上がりました。ちょっと固かったけど、あんこやフルーツをトッピングしてみんなで、いただきました。



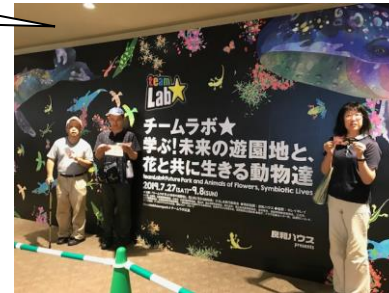
おいしい
お団子
を作るよ



「月1回の楽しいダンス講座」

あゆみでは、今年度より月1回、ゆいポートを借りて、土曜日に来れるメンバーが、集まってダンスをしています。4月の大型連休に、活動を始めたばかりですが、みんなで楽しく体を動かしています。教えてくださるのは職員の、勝田さんたちが、所属するダンスユニット、ヒロザイルのリーダーでジョーさんこと、まさごけいたせんせいと今月から、波多野省吾先生が教えてくださることになりました。

みんなで楽しくレッツダンス



ヒロザイルに所属するメンバーも、何人か来ています。まずストレッチを入念に行ない、その後みんなの大好きなDAPUNPの「USA」や「パプリカ」「恋するフォーチュンクッキー」などを音楽に合わせて踊ります。みんなノリノリで、踊っていて毎回笑い声がたえません。これからも、楽しい活動にしていきたいと思います。踊りたい曲があったらジョーさんに伝えてください。