



# あゆみ Letter

2020年 8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。毎日 暑い日が続きますが、体調 は大丈夫 でしょうか。

しばらく暑い日が続きます。水分 と休養 をしっかりとって、汗 をしっかりと拭いて

熱中症 に注意 しましょう。もし気分が悪くなったら涼しい場所を探して、マスクを

と 取って休みましょう。コロナなのか熱中症 なのかわからなくなっている今の世の中

ですが、これからも皆さんと楽しく活動 できることを嬉しく思います。今回 のあゆみ

レターは、新しくできたあゆみ音楽部 の様子や、お盆休みの活動 です。

## 「彩 さんを迎えてのあゆみ音楽部」

8/7（金）に彩 さんをお迎えして、あゆみ音楽部 が始まりました。この日初対面 の

Hさん、Tさん、Yさんは、緊張 した表情 でしたが、勝田さんとHさんは課題曲

「バッセルベルのカノン」を笛 で練習 しました。TさんとYさんは、ハンドベルに

挑戦 しました。ちなみに私（天耕）は、初めてエレクトーンに挑戦 しました。

両手 で引くのが難しかったけど、何とか頑張りました。

どこかで演奏 できたらいいなと思いました。

草羽さんの娘 さんとお孫さんも応援 に駆けつけてくれました。



あゆみ音楽部 誕生でーす

## 「グランドゴルフ大会 とポッチャ大会 をしました。」

お盆 休みのあゆみの活動、2日目は羽衣 公園 に行きグランドゴ

ルフを楽しむグループと、あゆみに残ってポッチャ大会 をするグルー

プに、分かれて活動 しました。グランドゴルフは陽が当たらない木の陰

で行ないました。1回目は一人ずつが1打ずつ1番ホールか4番ホール

を目指しました。2回目はリングに入るまで1人ずつ打ちました。

2回目の3番 ホールは木を超えないといけない

難易度の高いコースでした。

暑かったけど楽しかったです。



最後のパットで はいるかな。

## 「彩 さんのピアノ納涼 コンサートが開かれました。」

お盆 休みのあゆみの活動 3日目は、ゆいポート音楽室 で彩 さんのピ

アノと、勝田さんのウクレレのコラボによる「納涼 コンサート」が

開かれました。曲目 は、①キセキ、②涙 そうそう、③夏色、④ピンク

パンサーのテーマ、⑤チムチムチェリーでした。10分休憩 した後、

後半 は「星に願い」をハンドベルのソロ演奏、

最後はみんなで「ジュピター」を演奏 しました。

彩 さんの衣装 は今回 も素敵でした。



みんなウクレレに うっとり???

## 「講座、コロナウィルスと健康 について ①」

8/23 (日) に行なわれた講座は、あゆみ職員がコロナウィルスと健康 について

話をしました。まず、はじめに草羽さんが動画で「手の洗い方」「消毒 の仕方」「マ

スクの付け方」「3密 を避ける」の順番 に見てみんなと、実践 しました。手洗いはま

ず手のひらを洗って、手の甲、指の間 (山 を作る) オオカミ、バイクのように親指

をねじる。最後は手首で流水 で洗った後 タオルで、乾 かします。消毒 も手洗いと

同じ手順 に行ないます。

動画の歌に合わせて  
手を動かしました



次にマスクの付け方ですが、

しっかり鼻と口を覆いましょう。

ワイヤーがあるほうが上でワイヤーの中央を折って

鼻に合わせます。その時隙間ができないように、

口と鼻を覆います。マスクの保管の仕方ですが口を下にして、ティッシュやクリアフ

ァイルに入れて保管してください。マスクを外したままおしゃべりはよくありません。

3密にもきをつけましょう。つぎに辻村さんが、健康管理について話をしました。

まず、体温ですが健康な人は35~37度とされています。ただし37, 5度

以上ある場合は、すぐにお医者さんに相談しましょう。

味覚、嗅覚 障害、せき、のどの痛み、だるさがあったら、かかりつけ

医または、保健所に相談してください。

## 「講座、コロナウィルスと健康 について ②」

勝田さんが、あゆみを利用する上での心構えをみんなに伝えました。次の

ような場合は、利用を控えてもらう必要 があります。周囲に発熱者 がい

る、職場 や近くなどでの感染者 が濃厚 接触者 出た場合、また自身も熱

が出たら休んでください。最低でも1週間 程度は様子を見てください。

次にあゆみの利用で心掛けることです。

利用する日は必ず家で検温の検温。

前に出て実演し  
ました。

あゆみに来たら手洗い。タオルや手拭きの

ハンカチを、自分専用として

も持ってきてください。

最後に心配事があったら、一人で悩まず周囲の人に相談 しましょう。

あゆみに来れない時期があっても皆さんの事を、待ってますから、

元気になってから来てください。

ただ、抗生物質を飲んでる人は、お医者さんの指示に従ってください。

