



# あゆみ Letter

2021年5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、<sup>ひろしまし しんがた</sup>広島市の<sup>かんせんしゃ</sup>新型コロナの<sup>かんせん</sup>感染者が、この<sup>ごうるでんういー</sup>ゴールデンウィークを、<sup>さかい ぶ</sup>境に<sup>へんい</sup>増えてきています。<sup>かんけい</sup>変異ウィルスの<sup>き</sup>関係もあり、<sup>きてきじょうきょう</sup>危機的状況ですが、<sup>か</sup>やることは<sup>しゆししょうどく</sup>変わりません。マスクをつけて、<sup>さんみつ さ</sup>手指消毒、<sup>かんせん</sup>三密を避けるなどの<sup>たいさく</sup>感染対策を<sup>がいしゆつ</sup>しっかりして、<sup>ひか</sup>外出は<sup>かなら お</sup>できるかぎり、<sup>お</sup>控えましょう。必ず、<sup>ちゆう</sup>終わりがきます。それまで<sup>かんぱ</sup>頑張ら<sup>こんかい</sup>ましょう。今回<sup>ごうるでんういー</sup>の<sup>ちゆう</sup>あゆみレターは、<sup>ちゆう</sup>ゴールデンウィーク中<sup>ちゆう</sup>の<sup>あ</sup>あゆみの<sup>かつどう</sup>活動の様子、<sup>ようす</sup>4枚紙芝居の<sup>まいかみしばい</sup>制作、<sup>せいさく</sup>音楽部、<sup>おんがくぶ</sup>5月の<sup>たんじょうび</sup>誕生日のお祝い、<sup>いわ</sup>あゆみの<sup>で きごと</sup>出来事です。

## 「ゴールデンウィーク中のあゆみの活動の様子」

ゴールデンウィーク中のあゆみの活動は、まず、2日は「<sup>こうざ</sup>ヨガ講座」3日は、<sup>たかの</sup>「鷹野<sup>ばしたいくかん</sup>橋体育館」での<sup>か</sup>スポーツ」4日は、<sup>あや</sup>彩さんと<sup>かつた</sup>勝田さんの<sup>おんがくぶ</sup>音楽部が、<sup>ひら</sup>開かれました。まず、2日は、<sup>か</sup>杉原先生を<sup>すぎはらせんせい</sup>お迎えして<sup>むか</sup>ヨガ講座がありました。この日の参加者は6人<sup>ひ</sup>ゆいぽーとの<sup>かんかく と</sup>フィットネスルームで、<sup>おこ</sup>間隔を取りながら<sup>て あ</sup>行ないました。手を<sup>あ</sup>合わせて、<sup>うで</sup>腕を<sup>あ</sup>押し上げて、<sup>いき</sup>息を<sup>は</sup>吐きながら<sup>お</sup>ゆっくり、<sup>お</sup>下ろすのを<sup>かいく</sup>5回<sup>かえ</sup>繰り返しました。

つぎに<sup>つづ</sup>続く。



<sup>き</sup>樹の<sup>まえ</sup>ポーズの<sup>かはんしん</sup>前に、<sup>きょうか</sup>下半身を<sup>きゆうけい</sup>強化して、<sup>し</sup>リラックスタイム、<sup>し</sup>休憩

<sup>あと</sup>後に、<sup>き</sup>樹の<sup>ひと</sup>ポーズを<sup>さき</sup>しました。できる人は<sup>さき</sup>つま先を<sup>さき</sup>かかとにくっつけ

<sup>からだ</sup>ていました。身体が<sup>かる</sup>軽くなりました。



## 「ゴールデンウィーク中のあゆみの活動 続き」

「5/3は、<sup>たかのばしたいくかん</sup>鷹野橋<sup>おこ</sup>体育館で、<sup>おこ</sup>スポーツを行ないました。ソフトバ

レー、<sup>じぶん</sup>ソフトテニス、<sup>き</sup>フリスビーを、<sup>おも おも</sup>自分の<sup>き</sup>やりたいことを<sup>おも</sup>決めて、<sup>おも</sup>思い思い

に<sup>ひ</sup>プレーして<sup>さんかしゃ</sup>いました。この日の<sup>りようしゃ</sup>参加者は、<sup>にん</sup>利用者<sup>つじむら</sup>10人と<sup>つじむら</sup>辻村さん、

<sup>くさば</sup>草羽さん、<sup>くさ</sup>ボランティアの<sup>き</sup>草<sup>き</sup>ちゃんが<sup>たの</sup>来てくれました。みんな、<sup>たの</sup>楽しそう

でした。<sup>からだ</sup>体を<sup>うご</sup>動かすと、<sup>きも</sup>気持ちが<sup>かいしょう</sup>いいですね。ストレス<sup>かいしょう</sup>解消につなが

ります。<sup>てんこう</sup>天耕は、<sup>くさば</sup>草羽さんに<sup>おそ</sup>ストレッチを<sup>おそ</sup>教わりました。」



～つづき～

「5/4は、あゆみにて、彩さんと勝田さんの音楽部がありました。

今回の曲は、いつも音楽の日に、みんなで歌っている、森七菜さんのヒット曲、

「スマイル」を楽器で奏でました。みんなで楽しく演奏できて良かったです。



「4枚紙芝居を制作しています。」

現在、アート部では、猪原先生と、ひろしま紙芝居村の阿部さんに、来て  
いただいて、4枚紙芝居を制作しています。この4枚紙芝居というのは、まず  
自分自身で、ストーリーを考えます。別の紙に、絵コンテとストーリーを書い  
ていきます。この紙芝居のコンセプトは、例えば「いつ」「どこで」又は、「誰  
と」、「こうなって」、「最後はこうなったか」というのをに入れて仕上げないといけ  
ません。早く仕上げたH君さんに、読んでもらいました。Yさんと、一緒に作った  
た、りんご飴の物語です。この間から講座にきている皆さんにも作って  
いただいています。完成したら、みんなで、読み合わせをするのが楽しみ！！。

「5月 生まれの皆さん、お 誕 生日おめでとうございます」

今月の誕生 日は、5月 1日 Tくん、3日 Kちゃん 20日 O

さん 23日 H子さんでした。I・Sさんも今月がたんじょうびでした。

誕生 日の皆さん、おめでとうございます。



「あゆみに空気清浄機 が入りました。」



先週 の金曜日に、あゆみに空気清浄機 が入りました。今までは、

換気を良くするために、すべての窓を全開 にして、対応 していましたが、

この空気清浄機 を使うことで、お部屋の空気をきれいに循環して、ウィ

ルスを99%カットしてくれます。少しは安心 できると思いますが、ただ

し、引き続き感 染 症 対策 は、やっていきましょう。

