



あゆみ Letter

2023年6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、この時期は梅雨で雨が降ったり、晴れたときは暑いですね。

気温の変化に注意して、風邪をひかないようきをつけましょう。この時期心配なのは、やはり食中毒です。しっかり手を洗い、食品にしっかりと火を通して、

早めに食べるようにして身体に気を付けて過ごしましょう。今月のあゆみレターは

平日の活動や、セーラーミュージック、講座の様子をのせますのでお楽しみに。

「久しぶりにコグトレが行われました。」

6/4（日）は、久しぶりにゆいぽーとで、草羽さんによるコグトレが

開かれました。コグトレとは、認知機能をきたえるトレーニングです。学習力、

身体力、社会力の3つのプログラムで構成します。まず平衡感覚をつけるた

めに片足立ちやうでを伸ばした運動をしました。そのあと、新聞棒をもって、自分

で投げて回転させたり、新聞棒を片手にもって、もう相手に投げてたりして

渡します。草羽さんと倉ちゃんが見本を見せてくれました。上手に渡していたグルー

プもありました。次に1本指で新聞棒を立てて何秒キープできるかしました。

（つづく）

（つづき） 次に紙の色や絵の内容でとまったり、歩いたり、

走ったりしました。最後に草羽さんがやった体の動作の後の

動作をみんなで、覚えて行ないました。記憶力が大事ですね。

「中区春の作品展を見に行きました。」

6/6（火）～8（木）まで、中区のドコモ大手町ビルの1階ギ

ャラリーで、開かれた中区春の作品展に、あゆみからも作品を

飾らせてもらっていたので見に行きました。あゆみからは自画像や

一輪挿し、Yさんのシーサーや、M戸くんの鬼の面や、イワシの

頭も飾りました。6日は猪ちゃん先生が来られて作品を

紹介しました。みんな気に入った作品の前で、写真を

撮りました。僕が中でも目を引いたのが、

げんぱく 原爆ドームの絵画でした。

けいしょうくんの
さくひん 作品 海

いろづか 色使いも素晴らしく

あつとう 圧倒されました。

また毎週月曜日に

あゆみにくる

Kくんの作品もありましたよ。



らいねん しゅってん
来年も出展
したいね

「男子は大和ミュージアム、女子は買物に行きました。」

6/12 (月) に、男子は呉の大和ミュージアムへ、女子はしまむらに買物に行きました。大和ミュージアムでは、展示を見たり戦艦 ヤマトで写真 をとり、

3階 では船の歴史がわかるクイズコーナーがありました。楽しかったです。てつのかん ぐらにも行きました。

みんなは潜水艦 の中 をみたようです。

女子は、しまむらで、買って来たもので

ファッションショーの動画がありました。笑いが起きていましたね。Y,K コンビがおもしろいです。

「今回 ももりあがった、セーラーミュージック」

6/13 (火) は、セーラーこと瀬良さんにお越しいただき、セーラーミュージックをしました。まず歌集 から、「おはよう～はじまりのうた～」「にじ」「ぼ

くたちのうた」の3曲 を歌った後、榎原敬 之の「どんなときも」にあわせて

リズムうちをしました。みんな楽しくリズムうちでした。

最後にみんなでハンドベルをもってパーツごとに、

ならしてみました。セラTは歌の最中に

よく掛け声をかけることがあります。

ヤマトのまえ

きねんしゃしんで記念写真



あわせて



ピンクのリコーダーでメロディを♪



「又マジ交通 ミュージアムで標 識を見てきました。」

6/14 (水) は、利用者4人と草羽さんと、安佐南区にある又マジ交通 ミュージアムに行ってきました。まず3階にあがって、パノラマフ

ロアでタッチパネルを見たり乗り物を動かしたりした後、2階に降りて

る、道路標 識ですが、中には珍しいものもあります。47都道府県ある

わけですから。たとえば一時停止禁止や動物 に注意

などいくつかの都道府県では熊の目撃情報などが

あります。みなさんくれぐれもご注意ください。

「今月のあゆみ食堂は、5回実施しました。」

今月のあゆみ食堂は、6/5、17、19、25、26に

行ないました。今月 もあいあいねっとさんと、三戸さん、猪原さん、

友田さんに感謝です。もうひとつ私 事 ですが、週 1回手作り弁当



だいす みんな大好き

ぎゅうどん 牛丼 セット

