



あゆみ Letter

2025年1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、こんにちは年が明けました、本年もあゆみをよろしくお願いいたします。

寒いですが、風邪など引かないよう注意して、あったかくして過ごしましょう。

2月にゆいポートの発表会があります。出演したい人はしっかり練習しま

しょう。今月のあゆみレターはスポーツや、音楽などの講座の様子や、ねこ展、

誕生 日会、あゆみ食堂などのせますので、お楽しみに。

「年はじめは、スポーツでストレス解消 🏀🏈🏆」

1/5（日）の新年 最初 の講座は、鷹野橋体育館を借りてのスポーツでした長村

さんが久々に参加してくださいました。しっかり準備運動をして、バスケットボー

ル、ミニテニス、サッカー、バドミントンのそれぞれがやりたいスポを楽しみました。

お正月3ヶ日、施設などが休みで、動きたくてうずうずしていた人も多いのではな

いでしょうか。ストレス解消 になったのでは！！

シュート



昼からは初詣で住吉神社に行って、

願い事をしたり、おみくじをひいたりしました。



ひろしまけんりつびじゅつかん かいさいちゅう ねこてん い
「広島県 立美術館 で開催中 のもしも猫展 に行きました。」

12/19から、広島県 立美術館 で開催 されている、「も

もしも猫展」に平日の人は7日（火）に、13日は

行きたい人 限定 で見に行きました。この

もしも猫展 は、浮世絵師 で知られる「歌川 広重」



が書いたと思われる絵画などが並んで、

いろいろな時代背景 が楽しめます。



「音楽 は、ストレッチや歌を歌いました。」🎵

1/12（日）の音楽 は、前半 はボール渡しやストレッチをし

ました。一人ずつから5人飛ばしまでやった後、みんなで手をつな

いで、腕をあげて天井をみたり、肩を組んだり、足をあげたり

しました。後半のうたは、

冬のうたを4曲 歌いました。



「スキー」や「一月一日」

「雪」最後は「100パーセント勇氣」を歌いました。

みんな気持ちよく身体を動かしたのではないのでしょうか。

きゅうじつ
「休 日のあゆみではポッチャをしました。」

1/13 (月) 祝 日のあゆみでは、2グループに分かれてポッチャを4回戦
しました。男子チームと女子チーム+天耕が対戦しました。孫さんは、ポッ
チャをやったことがなかったそうですが、楽しくやっていました。ポッチャ
は、パラリンピックで話題のスポーツで、ジャックボールを
投げた後、赤、又は青のボールを投げいかにジャックボール
に投げたボールを近づけるかが、勝負のカギを握ります。



はっぴようかい すこ がんば
「発表会まであと少し頑張らしましょう。」

2/16 (日) にあるゆいぽーと発表会 に向けて、熱が入った練習 をして
いる、「セーラーミュージック」披露する曲 は、「エーデルワイス」「花は
咲く」と「世界に一つだけの花」です。当日「エーデルワイス」の演奏者 は
天耕を含めて、6名で赤 青 緑 で2人ずつが選出 されました。あいさ
つは、HさんとTくんが務めることになりました。

「花は咲く」と「世界に一つだけの花」は
手話をつけて歌います。



はりきってやりましょう

こんげつ たんじょうびかい
「今月 の誕生 日会は、こちらのメンバーです。」

今月 の誕 生日は、こちらの2名です。おめでとうございます。
21日のYさんと、27日のM戸くんです。「これからもよろしくお願いし
ます。」写真 をみてください。
勝田さんも1月 生まれでした！



しょくどう こんげつ かいじつし
「あゆみ食堂 は今月 4回実施しました。」

今月 のあゆみ食 堂は4回実施しました。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した。
最初 のハヤシライスや、クルトンサラダなどがありました。その中
で平日 に開催 したチキンと大根 のカレーを辻村 さんが持ってきてくだ
さった食 材を使って、久しぶりに天耕 も調理 に参加しました。とても
美味しかったです。写真 をご覧ください。



冬瓜 (とうがん) と
手羽元 (てばもと)

肉まんトマーボーナス