

こんにちは。ふきのとう班の浦です。私には5歳の息子がいます。2年程前までは、「僕大きくなったら嵐に入るねん」と言っていたのですが最近仮面ライダージオウやウルトラマンR/Bが好きで保育園では闘いゴッコに明け暮れています。そんな息子の面白エピソードを紹介します。ある日顔を見ると傷ができていて、どうしたのか聞くと「ママには関係ない！」と。後でわかったのですが、女の子にやられたのがかっこ悪くて言えなかったらしいです。(笑)

息子は、年下の男の子に叩かれても我慢するのに、同い年や一つ上のお兄ちゃんには遠慮なくやり返すという、くだらないプライドを持っています

我が家でも嵐が活動休止!?!と話題になり、息子も嵐コンサートに行きたいと、そこで「人気やから、なかなか当たらんし、じゃ嵐に入る？」と聞くと「嵐?大変やん。踊るのしんどいし嫌」と大人な意見がかえってきました。

これからどんな風に成長するのか楽しみです、どうか人様には迷惑をかけないように生きてほしいものです。

はじめまして、軽作業班の藤本です。皆さん『e-sports』という言葉をご存知でしょうか? コンピューターゲームをスポーツ競技として捉える言葉です。スポーツというと体を動かす競技をイメージする方が多いと思いますが、『e-sports』では、ゲームをして収入を得るプロゲーマーと言われる存在もいます。

私の趣味は『e-sports』のような競技性のあるオンラインゲームをすることです。18歳の時から始めたオンラインゲームですが、そこで出会った人々には親友とも呼べる、五年來の付き合いの人もできました。すでに連絡を取っていない大学の友達とは雲泥の差ですね。(笑)

多事想ろん

胎中

月日の経つのは早いですね。節分、立春あつという間に春です。今年は梅の開花が例年より早いようで、あちらこちらに春の訪れを知らせるように咲いていますね。春待ち遠しいですね。

また、先日までインフルエンザA型が猛威を振るっており、法人においても毎朝の検温、利用者の方々の様子、職員一人一人の自己管理をお願いして、日々心配しておりましたが、何とか蔓延を防ぐことができほっとしております。

先日、TVで日ごろの食事、生活習慣、適度の運動が何より大切で、人の免疫力に関係すると話していました。毎日の積み重ねが大切で、たとえ罹患しても回復が早く、重症にならないように生活習慣を見直し、健康で過ごせるようにしたいものですね。ごくごく当り前のことですが、なかなか実行できないのが凡人のわたしです。皆さんはいかがですか?

そこで、節分にちなんで、“豆まきの大豆”には、大変な力があると・・・

食前に大豆を食することで、血糖値が上がりにくくなり、糖尿病予防や、ダイエットにもつながるとい話です。大豆効果ですかね。(詳細はここでは省略します)

さあ、もうすぐそこまで来ている春に向かって、寒い冬の間にしっかり蓄えたエネルギーを十分発揮できるように、身の心も「福」でいっぱいにして、一緒に頑張りましょう。

あゆみニュース

第159号 2019年 3月

社会福祉法人あゆみの会

オープンスペースAYUMI

奈良市秋篠町1381-1

TEL: 0742-53-0511

FAX: 0742-53-0512

✉: info@os-ayumi.org



節分にて鬼に向かってボールを投げた後は、仲直りしました。

【3月の予定】

サタデー・・・23日（お雛祭り&お茶会）、30日（けいはんな公園へお出かけ）

クラブ活動・・・1日、8日、15日、22日、29日（金曜日）

短期入所・・・女性：8日 男性：15日（金曜日）

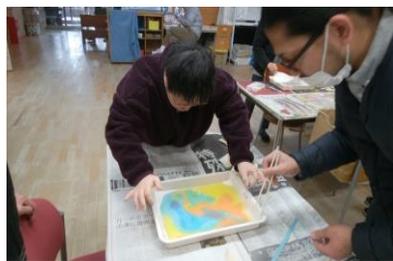


【サタデー】

1月12日（土） 「折り染め&マーブリング&書初め」 菊田

今年の手紙初めでは、前半に半紙を好きな色の絵の具で折り染めをしたり、マーブリングで色を付けるなどカラフルな半紙づくりを行いました。AYUMIでもカラフルな半紙を作るのは初の試みで、それぞれ違ったオリジナルのデザインになり、とてもカラフルで綺麗な半紙が出来上がりました。

午後からは午前で作った半紙の上にメンバーそれぞれが「今年の手紙の目標」を書きました。出来上がった作品は階段の壁に展示しています。AYUMIにお越しの際は是非ご覧ください。



1月19日（土） 「コマ作り&羽根つき&福笑い」 濱

昔の正月遊びを体験しました。午前中にコマ作り&羽根つき、午後から福笑いを行いました。コマ作りでは牛乳パックを切り取って穴をあけ、タコ糸を通してぐるぐる回して遊びました。

羽根つきは2階でテーブルを設置し2対2のチーム戦を行いました。メンバーとスタッフが協力しあい大変白熱したゲームが行われました。

午後からの福笑いでは目隠しをして『マリオ』や『ひよこりはん』等の顔のパーツをはめますが、なかなかうまくはならず、まわりからの応援や、でき上がった顔に大笑いありで、大変盛り上がりしました。



1月26日（土）「買い出しに行ったり、カラオケ・ポッチャ・トランポリンをしたりしよ〜」丸野

いつも、昼食にお弁当を注文していましたが、今回は4つの班に別れ、自分たちでどこに行くか、何をかうかを相談して、オークワやイオン、生協等へ買い出しに出かけました。昼食時、それぞれ自分で選んだものを、「〇〇で買って来てん。498円やってん。」「それおいしいそうやな、今度それしよう！」等楽しい会話が聞かれました。

午後からはカラオケ、ポッチャ、トランポリンの中から選んで活動し、日頃なかなかできないことや、初めてチャレンジすることもあり、それぞれに良い表情で楽しみました。



2月1日（金） 「節分・豆まき大会」 中田

節分ではなぜ豆をまくのか、なぜ恵方巻を食べるのかという内容に沿った紙芝居をみました。皆さんはご存知ですか？

紙芝居の後の、せつぶん君による節分クイズでは、Q1：恵方巻を食べる時は考え事をしてはいけない。Q2：恵方巻は途中で食べるのをやめてもよい。わかりますか〜??

そしていよいよ「豆まき」の始まりです。赤鬼、青鬼、かわいい鬼等が現れ、みんなで鬼たちに向かって、「おにはそと、ふくはうち」の掛け声で、カラーボールを投げたり、紙こんぼうでやっつけました。鬼退治のあとは、お宝のお菓子・ジュースを飲んで盛り上がり、普段のストレス解消になったのでしょうか？鬼もメンバー、スタッフみんなよい笑顔で福をいただきました。

節分クイズの答え A1：願ひ事を考えて食べると願ひ事がかなうかも。 A2：途中で食べるのをやめると福がにげるかもよ。



