

# あゆみニュース



ふきのとう班



がじゅまる班



手工芸班



パン班



ワーク班



軽作業班

第228号

社会福祉法人あゆみの会

2024年 11月

オープンスペース 'AYUMI'  
ならしあきしのちょう  
奈良市秋篠町1381-1

サポートシステムあゆみ  
ならしあきしのちょう  
奈良市秋篠町1388-2

TEL:0742-53-0511

FAX:0742-53-0512

HP: <https://os-ayumi.org/>

mail: [info@os-ayumi.org](mailto:info@os-ayumi.org)



## がじゅまる班

くによし 國吉



過ごしやすい季節になってきましたね！さて、がじゅまる班のメンバー、スタッフは体調を崩すことなく元気に過ごしています。今回がじゅまる班では、室内運動で汗をたくさん流したり、御嶽山大和本宮にパワーをもらいに行ったり、少し遅いですがプールをして楽しく過ごしました。秋も楽しい事がたくさん待っています。今日もがじゅまる班は元気です。食欲の秋か。。。ニヤリ

## ワーク班

いわさき 岩崎



9月に入り少しは暑さも和らぐかと思えばそんなことはない記録的残暑。外での活動がなかなか出来ない為、室内運動で頑張って身体を動かしています。サタデーでは8月の台風で中止になった水遊びに再チャレンジ！誕生月の人のお祝いでクレープ作りもして、美味しくお祝い出来ました。

## 手工芸班

すぎやま 杉山し



涼しい日も増え過ごしやすいになりましたね。お出かけの秋がやってきました♪先月は手工芸の商品を出品した福祉の素材展に遊びに行ってきました。他にもパフェ作りに挑戦しました！キレイに盛り付けをして…パクリ。自分で作ったパフェは絶品ですね♪みなさん笑顔で召し上がっていました。

☆ ふきのとう班

まるの丸野



9月の活動では、室内歩行や運動器具を使用して体を動かしたりしました。また、曲に合わせてダンスをしたり、風船しっぽ取りなどといったゲームもしました。これからもみんなで楽しめる活動を広げていきたいと思ひます。

★ 軽作業班

やまもと山本つ



今年も残り3ヵ月になりました。軽作業班ではサタデーでカレー作りをしました。野菜たっぷりのチキンカレーを大きな鍋2つで作り、沢山おかわりして完食！日中は内職に取り組んだり、外の気温が高い日は室内でヨガをしたり風船でバレーをしたりと工夫しながら身体を動かしました。

☆ パン班

なかの中野



まだまだ夏が残っていますが、やって来ましたバザーの季節。メンバー、スタッフ総出でせっせと準備して、あっちやこっちで出店しております。秋篠老健さんで行われたお祭りでは、サタデーや、お休みを返上してメンバー達も元気に参加してがんばりました。年末にかけてバザーの予定もどしどし入っていますので、売上UP!の大チャンス。みんないい顔してきました。

スタッフのひとりごと

やまもと山本さ

こんにちは、軽作業班の山本紗穂です。先日、給食で牛乳寒天が出る日があり食べているメンバーを見て食べたくなかった私・・・粉寒天を買って初めて牛乳寒天を作ってみました！フルーツ缶も買って入れてみたのですが何故か上にだけフルーツが固まり、上はフルーツ寒天、下は牛乳寒天と予想外に2つを楽しむことが出来ました（笑）また作ろうと思っているのに、もうすでに粉寒天が行方不明です・・・また作れるのか、私?! 作る気があるのか、私! です（笑）

はやし林か

こんにちは、オープンスペース 'AYUMI' の林加苗です。最近、心身の癒しを求めにドライヘッドスパとリンパマッサージに通い始めました。頭のマッサージはとにかく気持ちがいい!! 血流が良くなるのが分かりスーッと毎回寝落ちしています（笑）老廃物を流すリンパマッサージは、リンパ管の詰まりをほぐし流れを良くすることでむくみ解消や代謝アップにもなるそうです。お風呂や寝る前のリラックスタイムに軽く押すだけでも効果があるみたいですよ。月1回の自分へのご褒美にマッサージを受けてみてはいかがでしょうか? お勧めです♪

11月の予定

祝日：4日(月)

サタデー：2日、9日  
(9日はあゆみ祭のため10時30分出勤)

あゆみ祭開催準備：8日(金)※14時退勤となります

事業会議：18日(月)※14時退勤となります