



<6月 レクリエーション>

●「風船輪っかパレー」

対戦前の準備体操は念入りに行います。特に肩関節や首回りのストレッチ。対戦時は何回も腕を上げて、背筋を伸ばします。輪っかが回るので、全員がアタッカー。楽しさが倍増です。

そして椅子からすり落ちないようにしっかり踏ん張って行きます!



●「狙ってシュート21」

先月行った「コーンホールゲーム」の別バージョンゲームです。狙うホールが箱に替わりましたが、箱の位置を移動させることができるのがポイント。思わず立ち上がって投てきする方も・・・。21点先に獲得したチームが優勝です。負けても準優勝、大健闘で～す!!



●「ころころ輪っかゲートイン」



ころころ真っ直ぐ、輪っかも真っ直ぐ??



●「い」のつく言葉だ〜れた!



耳を澄ませてお題に集中。「反射・反応・判断力」お手付きも笑いあり。すべてが脳活性化のトレーニングでした。

●じゃんけん弁当作りゲーム



じゃんけんはレクリエーションの王道! 豪華弁当をゲットするのはいったい誰だ?

<声高らかにバンザ〜イ体操>



<火災避難訓練(6月9日)>

今回は消防署(宮小路分署)の指導により、避難訓練と消火器を使った初期消火の指導を受けました。いざというとき、適切な行動・対応ができるよう、今年度は3回の避難訓練が予定されています。



<優雅で気品のある姿を楽しみました>

大村公園は「日本の歴史公園百選の地」で西日本有数の花菖蒲園です。「見事かねえ、前来たときよりきれいかばい」と30万本の満開の花菖蒲に感動いたしました。





3月に続き福田栄養士の指導でおやつ作り（あじさいパフェ&抹茶どら焼き）に挑戦。「こんなことは此処に来ないと出来んばいね」とみなさんニコニコで会話ははずみ、今回も大好評でした。出来立てのおやつは、喫茶ふる里「夏の憩（ひんのいけ）」で、コーヒと一緒に美味しくいただきました。

その後「食事で夏バテ防止」のテーマで栄養士からの講話がありました。今夏も猛暑の予報が出ています。一人暮らしの方も多く皆さん真剣に聞いておられました。



食育イベント

講話「食事で夏バテ防止」とおやつづくり



《百歳ばあばの名言》

思い出はみんな財産

短い梅雨が明け、長い猛暑がやって来ます。人は勝手なもので、夏になれば冬がいい、冬になれば夏がいいと言うものです。うん・ん・この酷暑では、やっぱり冬の方がいいなあ。

水分補給そしてエアコンを上手に使い、今夏を乗り切りましょう(宮崎)

あじさい

7月の活動予定



A型の目的は「健康づくり」と「仲間づくり」です。

ゲームやレクリエーションでたくさんの「笑顔」を届けたいと思います。

7月は「七夕物語・魚釣りアドベンチャーゲーム」を予定しています。



笑顔のA型 い・あくしょん!!



崎は今日も雨だった」など、素敵なクラリネットの音色と共に歌える曲を披露していただきました。皆さん大変喜んでおられました。大木様本当に有難うございました。

クラリネット訪問演奏

クラリネットは吹奏楽の花形楽器です。一昨年に続き諫早市の大木敏則様に、訪問演奏に来ていただきました。6月ということで雨に困んだ「かたつむり」「雨降りの月さん」などの童謡や「長



演奏後大木さんを囲んで・・・みんな笑顔です。