

往還通信



サンライズコンサート

5月10日

クラブ活動日程



- ①銀座カンカン娘
- ②知床慕情
- ③津軽海峡冬景色
- ④港町ブルース
- ⑤北国の春
- ⑥幸せなら手をたたこう
- ⑦高校三年生
- ⑧私の城下町
- ⑨湖畔の宿

サンライズの皆様の演奏にのせて、懐かしい曲を唄いました。往還のレクリエーション担当の伊藤美子さん。この日は、バンドメンバーの一員としてピアノを担当し他の皆様と共に素晴らしい演奏を披露していました。



6月 7日 (木)	書道クラブ
6月14日 (木)	書道クラブ
6月27日 (水)	お花クラブ
6月28日 (木)	お花クラブ
7月 5日 (木)	書道クラブ
7月12日 (木)	書道クラブ
7月25日 (水)	お花クラブ
7月26日 (木)	お花クラブ



歌声がホールいっぱいに響きました。



笑いヨガ

5月9日

肩回し、首回しをして首まわりをほぐす。手拍子で両手のツボを刺激する。体があたたまり”1枚カーディガンを脱ぐわ”と言われる方もみえました。両隣りで手をつないで笑い合ったり顔を見合わせて笑い合ったり、楽しい時間を過ごしました。



大成フラダンス・ハイビスカス

5月17日

フラダンスの方達による歌とダンスの交流会

曲に合わせたフラダンスの踊りを利用者様も一緒になり手をゆらゆらさせたり腕をひろげたりしてみえました。「うみ」「見上げてごらん夜の星を」など合唱しました。



元気ダンス



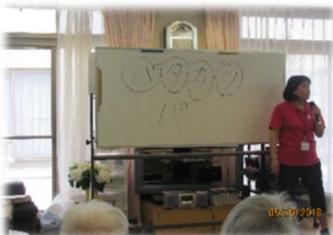
5月24日



池田ダンススペースの伊藤さんに来ていただきました。リズムにのせて手足をゆっくり動かしたり、音楽を変えていろいろなリズムで体を動かしていき、クールダウンでストレッチ。積極的に腕や足を動かしてみえました。

口腔リハビリ

5月28日



水谷さん(歯科衛生士・相談員)が中心となりお口のお話をしました。頬を動かすうがいをする事が口腔リハビリになります。うがいの時に意識して頬を動かしましょう。口腔体操、深呼吸、首、肩の運動などのお話も交えイーウーで口周りのストレッチや、はっきりよみトレーニングラ行の早口言葉、らりるれろの発生練習やグーチョキパーで頭と体の運動をしました。その後、一寸法師の歌や茶摘みの歌ふるさとを唄いました。皆さん積極的に取り組んでみえました。

トピックス

往還玄関先に今年もツバメがやってきてくれました。今年は2カ所に巣ができて、大賑わいです。かわいい雛が顔をだし親鳥からの餌をまっています。

