



ひまわり通信

ポインセチア ❀ 花言葉 幸運を祈る

特定非営利活動法人
「NPO千の風」

ひまわり栗生発行 NO103

2023年12月

卓球に新しい利用者さんが
たくさん来てくださっています

●水曜日の卓球に新しい仲間が

コミセン「鐘の鳴る家」で月2回第1・3水曜日13時からの卓球にも4の方が新たに参加されています。霜保雄さん、保子さんご夫妻、そして松下さん、川上さんが新しく卓球のメンバーになられた方たちです。

また、麻雀に参加されている国原さんも見学に来られました。

これまで国原さんは麻雀だけの参加でしたが、卓球に加えて、運動教室にも初参加です。感想を聞いてみると「家に1人であることを考えたら卓球も運動も楽しい。特に体操は座ってできるからいいわ」とのこと、御年90歳の国原さん、ほんまにお元気です。



●運動教室にも新しいインストラクターが

いま大人気の座りヨガ（イスヨガ）は高齢の方も無理なくできると人気です。その資格をもったインストラクターの櫻井弘子さんが教えてくださいます。歌の依田さん、イスヨガの櫻井さん、そしてこれまでのスタッフが指導するCD体操やラバー運動で充実した内容になっています。

一部は定員に達していますが、二部はまだ枠があります。一度、見学に来てください。



コミセン鐘の鳴る家

文化発表会に編み物展示・販売

10月28（土）・29（日）「鐘の鳴る家」の文化発表会に、水曜日の編み物展示で参加しました。



▲28日初日作品を前に大盛況です



▲素敵な作品を作ってくくださった利用者さんたち



▲素敵な作品を購入いただきました

運動教室に参加されている塩崎さんはドレスアップしてカラオケで熱唱。

キッチンスタッフ募集！

ひまわり栗生でお料理してくださる方、募集しています。

月・水・木・金のいずれか1日4h
つくるのは8食から最大15食程度です。

利用者さんと楽しく対話しながら食事できます。

お料理の好きな方
ご紹介ください。

