



# ひまわり通信

菊の花言葉「高貴」「高潔」「高尚」

特定非営利活動法人  
「NPO千の風」  
ひまわり栗生発行 NO56

2019年11月

## ありがとう ひまわり栗生体験会

10/9(水) 11時から団地集会所を会場に体験会を開催しました。東部包括への案内や地域へのピウまきなどを行い、電話での問い合わせもいただきました。

利用者の方30名、地域の方の見学の方が10名、スタッフ10名、延べ50人を超える方々に参加いただきました。

11時の開会と同時に展示即売コーナーにどっと、お客さんが押し寄せ、たくさんのご利用をいただきました。手作りの素敵な小物を出展にご協力してくださったみなさん、本当にありがとうございました。



▲大正琴に聴き入る会場



▲編み物メンバー



▲麻雀は人気で見学の方にも楽しんでいただきました



アロマ体験コーナーは午前、午後とも定員を超える人気でできあがった作品はみなさんに喜んでいただきました。ラベンダーの香りのエッグポマダー



▲みんな笑顔が素敵です



▲スタッフもがんばりました



## アロマ教室開催

- ・毎月第2木曜日
- ・10～12時

11月は14日(木)になります。

- 講師 小原はるな
- 作品 アロマストーン

★材料の準備の都合がありますので、参加される方は事前にお申し込みください。



★材料費が必要な場合もあります。

## 9月のお誕生日会



お誕生日会に参加されたのは福岡さん、佐野さん、小原さんの3人です。

美味しい食事にケーキ、なによりもみんなにお祝いをしてもらったの嬉しいお誕生日会でした。

今回も小原さんに洗い物を手伝っていただきました。ありがとうございます～♪

## 健康麻雀を楽しく

最近「健康麻雀」の話をよく聞くようになりました。健康麻雀とは、「賭けない・飲まない・吸わない」を約束事としています。

本来、麻雀は囲碁や将棋、チェスなどと同じ、知的な駆け引きを楽しむテーブルゲームです。今や高齢者の知的な趣味、あるいは仲間づくりのコミュニケーションツールとして「脳の老化防止に寄与する」と自治体などでも注目されています。

わたし自身も、介護予防の一策として、ひまわりで仲間みなさんと健康麻雀を楽しんでいます。  
(M・M)