

自由空間通信
2011年
2-3月号



あれこれそれ

発行 自由空間
いわき市植田町中央 3-7-6
TEL 0246-84-7214
FAX 0246-84-7215
HP
http://www.el-faro.or.jp



立春の前日に当たる節分の日、豆まきを行いました。鬼役に、数名のなかま、そして、当日パワフルイングリッシュのため来訪していたメラニー先生が名乗りを上げ、鬼のお面をかぶり、玄関に立ちました。そして、「鬼は外」の掛け声と共になかまたちが次々と鬼めがけて豆を投げると、なんと鬼たちは豆を投げ返し、豆合戦に！大変賑やかな豆合戦に、自由空間に潜む鬼たちは苦笑しながら逃げて行ったことでしょう。



節分

鬼は～外～！

さ～来い！



バレンタインデー

今年もゲーム形式で行いました。女性が男性にチョコレートを贈るバレンタインデー。チョココレクトが大好きな私は、毎年「男に生まれれば良かった…」なんて思います(笑)もちろん、自由空間では全員にチョココレクトをプレゼント。紐で繋がれたチョココレクト、「どの紐を引けばこの大きいのかな?」「これ欲しいな!」どの紐だろう!」皆、とても真剣でした。お菓子を手に嬉しそうな表情のなかまを見ると、チョココレクトを食べた時のような満足感が得られますね。伊藤 真矢子



カステラを小さくカットして…

バナナを乗せて…

フルーツを入れて…

カラースプレーをかけて出来上がり!

調理実習
今回は、バレンタインデーに合わせ、チョココレクトパフェを作りました。

昼食後のデザートとして、皆で美味しくいただきました(^u^)

エコノミー症候群について
避難所での生活を余儀なくされ、すわってばかりいると、身体中の血液の流れが悪くなり、エコノミー症候群を引き起こします。血液の循環を良くするために、こまめに身体を動かすことが必要です。手足をぶらぶらさせたり、身体を伸ばしたりしましょう。

看護師さんの健康講座

今年恒例の桃の節句。今年はメラニー先生も参加されました。なかまのオルガン演奏に合わせて歌った『嬉しいひなまつり』
とても盛り上がり、さらにもう一回リピートして歌いました★
昼食後のデザートに桜餅をいただき幸せさなひと時でした。
近藤 明奈 (* *)



あかりをつけましょ ぼんぼりに～♪

桃の節句

また来年ひな人形に對面できる日が楽しみです☆



スタッフよい
毎日寒い寒いと思いつつながら過ごす日々でしたが：散歩で公園へ行くといつの間にか花々がきれいに咲いているのを見て、春を実感しました。花粉症の私にはもうしばらく辛い時期が続きますが、なかまと共に散歩を楽しみたいと思います。 支援員 熊本 秀美

毎年、桜の花にはそれぞれの思いがあるのに、今年はその桜に心が向かぬまま散り始めています。3月11日午後2時46分、帰る支度の最中、あの激震でした。不安が募るまま夜は更け、自由空間の2階は、近隣から避難された13人と自由空間のなかま12人が雑魚寝となりました。家庭と離れた上、見知らぬ人たちと一夜を過ごすことに心配がありました。誰一人としてパニック症状もなく朝を迎え、なかま一人ひとりの笑顔は私を元気にしてくれました。
施設長 八代 紀男