

自由空間通信

2010年6月号

NEW

# 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>

## 春の遠足



6月18日、春の遠足を実施しました。行先は、太平洋を眼下に眺める三崎公園。予報では、雨が心配されましたが、当日は薄日が差し、暑過ぎず、遠足には絶好の日和でした。

公園では、芝生に敷いたシートの上でのんびり過ごしたり、芝生を自由に歩き回ったり、動物の遊具に乗ったり、それぞれの時間を楽しんでいました。

お弁当は、わが家のスペシャルメニュー。普段小食のなかまも、美味しそうにぺろっと平らげてくださいました。

なかまたちは、疲れた表情の中にも、とても充実した笑顔を見せていました。

公園に着くと、まず10時のおやつタイム♪



グループに分かれ、待ちに待ったランチタイム♪

## 地域の清掃活動

5月末、地域の清掃活動への参加として、植田第2公園のゴミ拾いと草取りを実施しました。なかまたちは、いつも使わせていただいている公園を感謝の気持ちを含めて、ゴミ拾い担当、草取り担当、ゴミ・草集め担当と作業を分担し、一生懸命きれいにしていました。



車椅子を降り、夢中で近辺の草を取るなかまも

毎朝、出欠確認の後、ラジオ体操を行なっています。天気の良い日は、外でのびのびと体を伸ばしています。

## ラジオ体操



体操の後はお楽しみのお茶タイムです♪

## ラテンパーカッション

自由空間では、月2回、ラテンパーカッションの加藤ちゃぼさんを講師に迎え、ラテンパーカッションの練習を行っています。なかま、スタッフ全員が一緒になって楽しい時間を過ごしています。特に最近力を入れているのが、ピンクレディの「サウスポー」。夏まつりで披露するのを楽しみに、頑張つて練習に励んでいます。なかまたちから、次々と練習したい曲のリクエストがあり、今後様々な曲に挑戦していきます。

## スタッフよい

「人遠き慮り無ければ、必ず近き憂いあり」  
おんばかり

老子

人間は遠い将来の目標をきちんと計画していなければ、必ず近いうちに失敗や不安なことが多くなってくるということです。

これから暑い夏を迎えますが、なかまの皆さんのパワーで乗り切っていたいただきたいと思います。

自由空間 主任

佐久山 芳次



各々が好きな楽器を手にし、ラテンのリズムを奏でます