

ウィズ・コロナでおむすびハウスでの活動がますます幅広くなっています

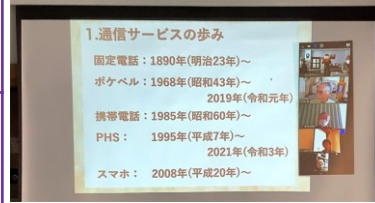
おむすびカルチャー

おむすびカルチャーをオンラインで月1回配信し、2月で10回目を迎えました。様々なジャンルを身近な講師でつなく企画で、参加者も徐々に増え、おむすびハウスを知らない方も多く参加されるようになっていきます。

回数	開催日	テーマ (参加者人数)	内容
第9回	2022年 1月20日	新聞よもやま話 (37名)	大手新聞社でご活躍された運営委員の末本利樹さんに、新聞のできるまでや紙面にある普段は気づかない情報、またネット時代の新聞の役割などをお話いただきました。世の中を知るためのツールとしての新聞の重要性を再認識しました。
第10回	2022年 2月26日	スマホよもやま話 (49名)	技術者として世界を股にかけて活躍されてきた運営委員の田崎信さんに、電話からスマホに至る通信手段とその技術の驚くばかりの変遷と、いまや生活必需品になったスマホの便利で楽しい使い方についてお話いただきました。話の途中で盛り込まれた虫食い川柳も好評でした。



第9回新聞よもやま話



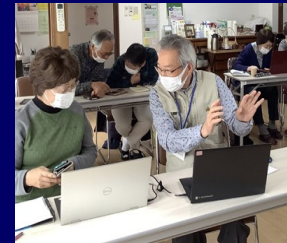
第10回スマホよもやま話

マンツーマンで丁寧に「Zoom講座」

コロナ禍の中、少しでも繋がりを！という事でZoom講座を開催し、オンライン麻雀講座や「おむカル」への参加に繋がっています。

毎月1回第3月曜日10時～11時30分

今後はZoomだけでなく、スマホやタブレット、PCの相談も受ける事にしていますので、ぜひご参加ください。



分かるまで手取り足取りのマンツーマンです

*先日Zoom講習会に参加して、大収穫の秋、私の人生がまた大きく広がりました。
*Zoom講習会に感謝、恐悦至極です。生復習に拍車がかかります。

ミニ音楽会

コロナ禍のため、歌声カフェはミニ音楽会と改名し、密を避けるため、小人数の2部制としています。1、2月はまん延防止措置のためお休みしていたので、3月19日は久しぶりの開催でした。徳田さんのピアノ伴奏で童謡・唱歌・ポップスなど皆さんの元気な声を聴くことができました。みんなと会って声を出すことは、体や気持ちのフレイル予防になります。なんと、1月2月3月生まれの方は、9名もいらして、この日がお誕生日の方もいらっしゃいました。



密に気をつけながらのミニ音楽会



誕生日おめでとう！

おむすび子育てサロン「絵本と親子遊びの会」

活動日は第3火曜日
10時～11時半



大山先生の絵本の読み聞かせに耳を傾けます

1月18日に10組そして3月15日には3組の親子さんが参加して下さいました。絵本の読み聞かせが始まると、お母様に抱っこされている子ども達が絵本をじーっと見て聞いてくれます。絵本の力って凄いなと感じる時です。親子でわらわった遊びをすると、お子さんが笑ったり、喜んでいる姿を見て、お母様達も嬉しそうです。お茶を飲むちょっとした時間はお母様同士の情報交換の場になっています。
(大山恵子先生)

3月15日のプログラム最後にママたち向けに、ウクライナに早く平和が訪れることを願ってウクライナの民話「てぶくろ」の絵本を読んで下さいました。(藤原)

脳活にチャレンジ

みんなで同じ問題を解いて答え合わせをしていますが、最近はそのそれぞれの好み合った数独や漢字抜け熟語・間違い探しや計算などの問題を用意しています。苦勞して探すことがあります、熱心に取り組んでいる様子を見るのが楽しいです。もう少し人数が増えると活気がでると思います。第5週がある火曜日には散策をします。3月29日(火)玉川上水の桜散策をしました。久しぶりに歩いて自信をもてたという声が嬉しかったです。

一年以上続けているせいか頭の体操になっていきます。いろいろな考えて、やっと解けたときに仲間と一緒に喜んでくれます。一人で解くのと違ってとても嬉しいです。散歩にも参加しています。
(山上さん)



満開の桜の下をおしゃべりしながら散歩しました

リフレッシュ体操

活動日は毎週金曜
13時30分～14時45分



「ダンシングクイーン」の曲に合わせて体操

毎週、やる気溢れる若々しい皆様と楽しく体操をやっていきます。筋肉は使わないと失くなります。貯筋という言葉は聞いたことありますか？「使えばなくなるお金の貯金 使って貯めよう筋肉の貯筋」です。楽しく体を動かして、元気な毎日が送れるよう頑張りましょう！
(鈴木明美先生)

フラワーデザインを楽しむ会

12月は「お正月の花」です。ユポ紙(水に強い)で器を作り、2種類の松や菊・カラーなどで新年を迎える花を楽しみました。

2月のテーマは「黄色の器に春を楽しむ」でした。春を連想する黄色の器を作り、花のデザインを楽しみました。

3月のテーマは「行事の花 ～イースターのデザイン～」です。シンボルのイースターエッグを添えてデザインしました。



12月「お正月の花」



2月「黄色の器に春を楽しむ」



3月「イースターのデザイン」

お花は人の心をほんわかとしてくれます。今日は特に美しい色の花にとっても心満たされました。月一度の素晴らしい時間ありがとうございました。
(澁谷さん)

春の花、アネモネ、ポピー、バラに魅せられて、いつも先生の手に感謝です。手作りに出会う、毎回楽しい参加しています。これからもよろしく。
(AYさん)

毎月、とても楽しみに通っています。毎回のいろいろな花との巡り合いと人との会話など気持ちも癒され、元気になって過ごせます。家の中も明るくなって最高!!
(野中さん)

「虫食い川柳」(船岡五郎氏作)
○の部分に漢字を入れてください
①○○○○で 乾く程度の 髪となり
②国よりも 厳しい妻の ○○時期
③倦怠期 二つの○○○ 迷うタマ
(答えは最終面右下にあります)