



一休通信はデイケア一休についての記事を年4回シーズン毎に発行しています。

今回はデイケアのプログラムの中で地域のボランティアの方と一緒に活動するプログラムについて、メンバーさんにレポートしていただきました。



### (ハッピーダンス)

ハッピーダンスは、みんなでダンスを踊ったり、昔の歌を歌ったりして、とても楽しく過ごせます。私も参加してみて、ボランティアの方がダンスの基本を教えてくださいるので、とてもわかりやすくすぐに覚えて出来るようになりました。ボランティアの方と良いひとときを過ごすことが出来ました。(R. H)

### (料理教室)

2週間に1度開かれている料理教室で豊寿園さんという老人ホームの方、数名と一緒に料理を作っています。豊寿園の方は元主婦というのもあって、大変手際が良くデイケアのメンバーさんと和気あいあいと料理を作っています。(T. K)

### (さいかち)

3ヶ月に1回ボランティアの方がいらっしゃいます。3人から4人でそれぞれの題材で朗読をさせていただきます。肉声での朗読にはライブ感があり、真剣さがダイレクトに伝わってきます。

(T. H)



### (書道)

書道は月2回月曜日の午後にあります。季節にちなんだ言葉で漢字とひらがなの2種類を練習し、先生にお直しをしてもらいます。次の時間に清書して皆で感想会をしています。墨の匂いと背筋をまっすぐ書くことでとても落ち着いた時間を過ごすことが出来ます。先生は時々美味しいお菓子をくださるし、優しく教えてくださいるので参加者が増えると思います。また清書は時々一休の入り口近くに貼りだしますのを見て下さいね。(H. U)



### (茶道)

お盆を使う基本動作が盆点前という作法で、茶釜の前でお茶を点てるのが平点前という作法である。茶道は人の心を癒し、精神統一を導くものであると思います。茶道の作法が難しくてなかなか覚えられないのが良いとしか言いようがありません。これからも続けて参加します。他の人も同感だと思います。先生は皆に優しく丁寧な教えてくださいます。ふくささばきが少し難しいのですが、先生は繰り返し指導してくれます。いい先生です。(N. K)