



発行  
令和4年6月  
あおの風広報係

## あおぞらウォーク



5月11日に聖籠の弁天湯風致公園へウォーキングに出かけました。当時はさわやかな青空のもと散策を楽しむことができました。2か所のウォーキングスポットを巡りスタンプラリーの達成感を味わいました。ウォーキングの後はボリューム満点の丼ぶりで空腹を満たしました。午後はみんなで選んだ映画を観賞しました。喫茶では手作りのブルーベリー炭酸ジュースで疲れを癒し、充実した1日を過ごしました。



## バブルアート



5月の共同作品作りで、バブルアートを行いました。バブルという名前の通り、石けんと水彩絵の具を混ぜてストローで息を吹き込むことで、“泡”が完成します。それをスプーンでくって巨大なキャンバスに乗せると…鮮やかなバブルアートができました！それぞれが好きな色の泡を作って乗せることで、個性がありながら温かみのある素敵なお品に仕上りました♪

バブルアートは、レストラン萌芽にて展示されています♪

なえ う

# さつまいもの苗を植えました

5月13日、敷地内の畑にサツマイモの苗を植えました。当日は天気も良く、農作業をするにはもってこいの気候でもあり、参加を希望された利用者の皆さんには楽しそうにサツマイモの苗を畝に植えていました。植え込み後は周辺の草取りや水やりも熱心に行い、「いつ食べられる?」と早くも収穫が待ちきれない方もいました(笑)

順調に育てば10月頃に収穫祭を行い、みんなで焼きいもを食べながら秋を満喫したいとおもっています(^)/



## せいかつこうさ 生活講座



### ■編集後記■

梅雨入りを迎え、不安定な天候が続いておりましたが、いかがお過ごしでしょうか。さて、作物を育て始めるにはちょうど良い季節となりました。あおの風では、利用者の皆様と一緒にお花を植えたり、畑ではひまわりなどを育てています。日の光を浴びて土に触れいると、不思議と爽やかな気持ちになりました。利用者の皆様も、のびのびと元気に過ごされよう尽力していきたいと思います。

5月18日に、生活講座『健康な身体づくりについて』を行いました。健康に過ごすために大切なこととして、大きく3つに分けて①しっかりご飯を食べること②夜にたくさん寝ること③日中に体を動かすことをお話ししました!基本的なことですが、とても大切なことなので改めてお伝えしました。

そして、講座の最後に体操動画を観ながら、体操を行いました!楽しめたようで、終わった後も「面白かった!」という声が聞かれました♪夏の暑さに負けない、健康な身体づくりを一緒に頑張りましょう!

### ■お知らせ■

#### ◇花壇の整備を行いました

利用者の皆様のお力を借り、花壇に新しく素敵なお花を植えました。あおの風に足を運ばれた際は、ぜひ見てください。

