



海にはいろいろな表情があり、天気の良い風間は穏やかな波が太陽に反射し、キラキラ光って宝石の様です。夕方には空がピンク色に染まり、単調に押し寄せる波と潮の香りを含んだそよ風はとても気持ち良く開放感あふれる眺望です。

幼い頃、家族で潮干狩りを楽しんだ事。子供が小さい頃の夏休みは、毎日のように海水浴へ連行され、真っ黒に日焼けをした事を夏になると思い出します。

夜の真っ暗な海や嵐の時には怖い一面も見えますが…疲れていたり、ホッと一息つきたいときには、癒しを求めて海へ出掛けてみませんか。



『私の癒し、海』

生活支援員 藤岡 奈保子

令和6.7月409号

【つくし園】

〒791-8041

松山市北吉田町

77-34

TEL(089)994-8636

FAX(089)994-8637



7月の開園日

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

・20日土曜日は開園日です。

7月の行事予定

- ・26日(金)・・・誕生会
- ・29日(月)・・・避難訓練
- ・31日(水)・・・月末大掃除
- ・6月～7月にかけて
外出活動があります



復活！ナイスハート

ふれあいのスポーツ広場 東温大会

6月19日水曜日 ツインドーム重信にて全日本自動車産業労働組合総連合会(公財)国際障害者年記念ナイスハート基金様からのご招待でナイスハートふれあいのスポーツ広場に参加しました。今回は11名の参加希望利用者の方と支援者で参加しています。数日前から楽しみにされていた利用者の方。初めて参加の利用者の方。みなさん胸をワクワクさせながら参加されました。

つくし園はハートAチームということで白のチームTシャツを着てロープ送り、風船バレーなど一生懸命取り組みました。午後からのアトラクションではあの有名な風呂わく三さんの漫談や諏訪しおりさんの歌があり、利用者の皆さんのたくさん笑顔がみられました。最後は皆でシンプルな自然の動きを取り入れながら、気分転換を図るスローエアロビックに参加して笑顔で無事全競技を終えました。「来年もまた参加したいです！」と次回の大会へも意欲的な様子でした。

※写真は裏面(下のページ)にあります

文責：竹野寛 藤岡奈保子



疲れた体においしさが増！



音楽に合わせて
かっこよく踊りました

外出活動1班

6月14日金曜日。まぶしい日差しの中、でかけてきました。行先はダイソー内宮店。思い思いの品物を選び、買い物かごを下げて意気揚々とレジへ。ところが、なんとレジは完全セルフ方式となっており、初めての経験となる方がほとんど。手順をサポートする支援者もちょっとドキドキしながらのお支払いとなりました。今の時代についていくのも大変です。

買い物の後はマクドナルド 196平田店のドライブスルーで飲み物やおやつを買い込み、車の中でいただきました。やはりフライドポテトは大人気。ちょっとした午後のひと時ですが、みなさんの笑顔がたくさん見せてもらえました。



外出活動2班

6月21日金曜日、2班はフジ垣生店に行きました。天候が心配でしたが前日までの雨も止みました。本屋に行きたいというご希望が多く、まずは宮脇書店に行きました。店内は広く、時間をかけてお目当てのものが分かるまでじっくりと見て回りました。それぞれの利用者の方が本や文具を手にとりレジで支払いを済ませ、お次はダイソーです。手慣れた様子で買い物かごを取りお買い物です。日用品やお菓子などを購入している方が多かったです。書店から休憩所は距離がありましたが頑張って歩き、やっと休憩時間となりました。好きな飲み物を自動販売機で選び、一息つきました。園に帰るとすぐにご買ってきたものを支援者に見せる利用者の方もいらっしゃいました。

