

しゃべってあつた

よもの会



月間ニュースレター
2023年10月 VOL.34



10月のよもの会

- ニュースポーツ -
- ・スカットボール ・わなげ

- 11月に植える野菜 -

来月の予定



ニュースポーツ



10月のよもの会では、初めてスポーツを行いました！誰でも、どこでも、いつでも楽しめるスポーツとして考案された「ニュースポーツ」。その中から、今回は、「スカットボール」と「わなげ」を行いました。

この2つ、簡単なお見えて実は意外と難しいんです…！「惜しい！」「上手だね～。すごい！」「次こそ入れるぞ～！」「もう一回！」「やっと入った～！」とメンバーさん、スタッフみんなで、とても盛り上がりました！

普段座って話している時とはまた違った、にぎやかな雰囲気となり、皆さんの笑顔がたくさん見ることができて、うれしい一日となりました。



ニュースポーツ



とても盛り上がったニュースポーツ。メンバーさんからは、「またやりたい！」との声！ニュースポーツの中には、ビーンボウリングやポッチャ、室内ペタンクなど…楽しそうなものがまだまだたくさんあります！
また皆さんで体を動かして楽しく過ごしたいですね☺



11月に植える野菜



ニュースポーツの後、来月植える野菜についておはなししました！小松菜やそら豆、ミニ大根など、寒くなってから育つ野菜がいくつかあります。寒い冬の栽培は難しいと聞きますが、皆さんから、「不織布を使って保温しよう。」「百円ショップに行けば売っているはず！」など、たくさんアイデアを出していただきました！
来月までにスタッフが種を用意しておきます！

夏野菜に負けないくらい、美味しい野菜を育てられるよう、メンバーさん、スタッフみんなで力を合わせて頑張っていきましょう。皆さんのお知恵をお貸しください！笑



来月のよもの会

- 日程 令和5年11月7日(火)
- 時間 14:00～15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



朝晩、だいぶ冷え込むようになりましたね。季節の変わり目、風邪をひかぬようお気をつけください！
来月も笑顔でお会いしましょう☺

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 事業推進係
TEL 27-8575 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってみっぺ

よもの会



月間ニュースレター
2023年11月 VOL.35



ニュースポーツ



11月のよもの会では、先月に引き続き、ニュースポーツを行いました！先月、とても盛り上がったニュースポーツ。皆さんからの、「またやりたい！」の声にお応えして、今回は「ポッチャ」、「公式わなげ」、「ドッチビー」を行いました。

ポッチャは、7人ずつに分かれてチーム戦！戦略が大事なこのスポーツ。「こっちを狙ってみようか？」とチームみんなで意見を出し合いながら、とても盛り上がりました！

チームに分かれての対決は初めてでしたが、敵味方関係なく、いいプレーがあれば、「うまいなあ〜！」と声を掛け合ったり、お互い拍手を送ったり、応援しあったりと、皆さんの優しい気持ちに触れる時間となり、心が温まりました。

11月のよもの会

- ニュースポーツ -

- ・ポッチャ
- ・公式わなげ
- ・ドッチビー

来月の予定



ニュースポーツ

ニュースポーツ後半戦は公式わなげとドッチビーを行い、皆さん最後まで元気いっぱい楽しく体を動かしました。



一緒に体を動かすことで、いつも以上に、皆さんの笑顔と笑い声に出会える、にぎやかな会となりました。



最後は、動画やイラストを見ながら、ほかにやってみたいニュースポーツはありますか？と皆さんとお話をしました。話し合いの結果、「次はピンボウリングをしてみよう！」と決定！

また皆さんと楽しい時間を過ごせることを楽しみにしています😊



冬野菜の種植え



今月のよもの会では、冬野菜の種を植える予定でしたが、朝から天気が悪く、残念ながら、皆さんと一緒に作業することはできませんでした。ですが、翌日、スタッフが、「小松菜」「ミニ大根」「小かぶ」「えんどう豆」の4種類の種を植えました！どんな風に育つか？毎月の成長を楽しみにしていただければと思います！



しゃべってみっぺ

来月のよもの会

- 日程 令和5年12月5日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



来月のよもの会は毎年恒例のクリスマスコンサートを開催します！同封したチケットをお持ちください。今年最後のよもの会となります。また元気にお会いしましょう😊

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 事業推進係
TEL 27-8575 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってみっパ!

よもの会



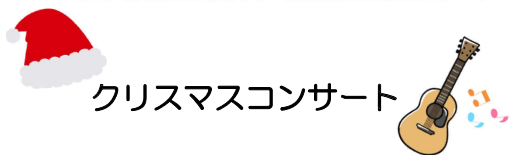
月間ニュースレター
2023年12月 VOL.36



12月のよもの会

- クリスマスコンサート -

来月の予定



クリスマスコンサート

12月のよもの会では、毎年恒例、クリスマスコンサートを開催しました!

トナカイのツノや、サンタの帽子などを身に付けて、すっかりクリスマスムードの皆さん。

いざ、コンサートのスタートです!

この日の為に、4月から練習を重ねてくれたメンバーさん。なんと、去年の倍、8曲を披露してくれました♪懐かしい曲から、クリスマスにぴったりの曲まで、すすやタンバリンを鳴らしながら、一緒に歌を歌いながら、メンバーさん、スタッフ、全員で盛り上がりました◎

飛び入りで、歌を披露してくれたメンバーさんも!ご夫婦でデュエットを披露してくれる姿には、皆さんほっこり、耳を傾けていました。

来年も皆さんで楽しいクリスマスを過ごせたらいいなと思います♪



冬野菜の成長報告



メンバーさんと相談して決めた冬野菜たち。今月のよもの会では、皆さんにお見せることができませんでしたが、順調に成長しています!

最近では、葉っぱが元気よく、たくさん出てきて、スタッフで、間引きを行いました!これで合っているのかな?とスタッフは不安でいっぱいでした…。普段、「こうしたほうがいいよ!」とアドバイスをくださるメンバーさんの力は偉大なのだなあと改めて感じています◎笑

早いものは、来月には収穫できる予定です。無事に収穫できるのでしょうか…? 皆さんも、ぜひ、冬野菜の成長、収穫を楽しみにしていただいね!

＼エンドウ豆／



＼小松菜／



＼小かぶ／



＼ミニ大根／



来月のよもの会

- 日程 令和6年1月9日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



今年も大変お世話になりました!
来年も皆さんと楽しい時間を過ごせることを、とても楽しみにしています◎
よいお年をお迎えください。

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 事業推進係

TEL 27-8575 FAX 27-8576

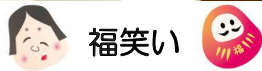
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってみっパ!

よもの会



月間ニュースレター
2024年1月 VOL.37



あけましておめでとうございます！本年もどうぞよろしくお祈りします。

2024年、初めてのよもの会は、福笑いを行いました。まずは、顔のパーツ作りからスタート！ニコニコした口、かわいいまゆげ、キラキラした目など、パーツのひとつひとつから皆さんの個性あふれていました。

福笑いが始まると、「もっと右じゃない？」「いい感じだよ！」と声を掛け合いながら、楽しい時間を過ごしました。目隠しを外して、完成した顔を見ると、「愛嬌ある顔してるなあ！」とみんなで大笑い。出来上がった顔をスマートフォンで撮影するメンバーさんも！

今年最初のよもの会は、笑い声でいっぱいの楽しい会になりました。2024年も、メンバーさん、スタッフ、みんなでたくさん笑って過ごしていきましょう◎



1月のよもの会

- 福笑い -

- 小松菜の収穫 -

来月の予定



小松菜の収穫



お天気の関係で、なかなか皆さんと一緒に、種をまいたり、観察したりすることができなかった冬野菜。今月、ようやく、皆さんと一緒に作業することができました！

小松菜は収穫できる大きさに育っていたので、みんなで収穫をしました。「納豆に混ぜて食べると美味しいんだよ！」「今夜早速料理しよう！」と盛り上がりました。



野菜を見たメンバーさんたちが、「こんなに立派に育ててくれてありがとう！」「お店で売っている小松菜みたいだよ！毎日、大変だったね、ありがとう。」と何度もスタッフに労いの言葉をかけてくださいました。

皆さんの優しく、温かい言葉に、胸がいっぱいになりました。ありがとうございました。

大根やかぶの成長も観察して、「立派になってる！早く収穫したいね！」との声。来月も一緒に観察や収穫をして、まだまだ冬野菜の時期を楽しみましょうね♪



しゃべってみっパ!

来月のよもの会

- 日程 令和6年2月6日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



年が明けて、さっそく雪が降るなど、寒さが厳しくなってきましたね。温かくしてお過ごしください。来月も元気にお会いできることを楽しみにしています◎

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 事業推進係
TEL 27-8575 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp



しゃべってみっぺ!

よもの会



月間ニュースレター
2024年2月 VOL.38



2月といえば、節分! ということで、今月のよもの会では、鬼づくりを行いました。

鬼を作る、というのは、メンバーさんも、スタッフも初めての経験。最初は、どのようにしようか…とみんなで悩みます。ですが、いざ始めてみると、ものづくりが得意なメンバーさんが中心となり、順調に作業が進みました!

色画用紙やフェルト、毛糸、わたなど、色々な素材を使って、「髪の毛は毛糸で作ってみる?」「何色がいいだろう?」と、話し合いながら、どんどん鬼が出来上がっていきます。作業が進むにつれ、「ここはフェルトで立体的にしたほうがいいのかも!」と、鬼の金棒や洋服の模様など、細かい部分にまでこだわりが! フェルトを小さく切ったり、両面テープを貼ったりと、気が遠くなるような細かい作業も、メンバーさん、スタッフ、みんなで力を合わせて作り上げていきます!



2月のよもの会

- 節分 -

来月の予定



みんなで力を合わせて作業すること50分。立派な鬼が完成しました! 完成した鬼をみて、みんな、「かわいいなあ。」「頑張ったよね! すごい!」と大絶賛。「みんなで頑張ったから、この鬼に名前をつけよう! よもの会だから、よもちゃんなんていいんじゃない?」というメンバーさんのアイデアから、よもちゃんが誕生!



せっかくなので、よもちゃんと一緒に記念撮影! それから、よもちゃんを見ながら、みんなで福豆を食べて、おしゃべりをして、節分を満喫しました!

忙しい毎日の中では、ついつい忘れがちだったり、準備が大変で何も出来なかったりする季節行事ですが、メンバーさん、スタッフ、みんなで集まって、にぎやかに過ごすことができ、楽しいよもの会になりました◎



しゃべってみっぺ!

来月のよもの会

- 日程 令和6年3月5日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



2月に入りましたが、まだまだ寒い日が続いています。温かくしてお過ごしください。来月も元気にお会いできることを楽しみにしています◎

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 事業推進係
TEL 27-8575 FAX 27-8576
mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp

しゃべってみっパ!

よもの会



月間ニュースレター
2024年3月 VOL.39



3月のよもの会

- ビーンボウリング -

- 小かぶの収穫 -

来月の予定



ビーンボウリング

今年度最後のよもの会は、以前、メンバーさんからあがっていた、「ビーンボウリングをやりたい!」の声を実現することができました!

メンバーさん、スタッフみんなでチーム戦。力の加減が難しいこのスポーツ。思うようにピンが倒れない時は、「惜しいよ〜!」と声を掛け合い、ストライクが出たときは、みんなでハイタッチして喜び合いました。連続でストライクを出し、大活躍のメンバーさんも!

試合は最後の1人までもつれる大接戦。「みんな頑張ったよね〜。」「楽しかった!みんないいプレーだったよ。」と笑い合って終わることができました。

今年度は、よもの会で初めてスポーツを取り入れ、メンバーさん、スタッフ、みんなの新たな一面に出会うことができた1年でした。4月から、みんなで新しいことにどんどんチャレンジしていきたいですね!



小かぶの収穫



ビーンボウリングで体を動かした後は、外に出て、冬野菜の収穫をしました。今回は、小かぶがちょうど収穫の時期を迎え、たくさん収穫することができました。

大きく育ったかぶにみんなで大興奮!中には、人生で初めてかぶの収穫をするというメンバーさんもいて、とても盛り上がりました。



皆さん、持ち帰ったかぶはどのようにして召し上がりましたか?来月、ぜひ教えてくださいね☺

収穫後は、他の野菜の成長を観察しました。インゲン豆は花が咲き始め、ミニ大根も順調に大きくなっていましたね!早ければ来月に収穫できそうです。

毎月、どんどん大きくなっていく冬野菜の成長をこれからも楽しみにしててください!



しゃべってみっパ!

来月のよもの会

- 日程 令和6年4月2日(火)
- 時間 14:00~15:30
- 場所 総合保健福祉センター 1F 健康運動室



3月に入り、少しずつ春らしい日が増えてきましたね。花粉症は大丈夫でしょうか?来月も元気にお会いできることを楽しみにしています☺

お問い合わせ先

いわき市保健福祉部 地域包括ケア推進課 事業推進係
 TEL 27-8575 FAX 27-8576
 mail chiikihoukatsu-care@city.iwaki.lg.jp