

太極拳日曜練習会初練習と、太極拳教室と中国語講座の合同新年会

1月7日は太極拳教室の日曜練習会の初練習でした。参加者は9人でした。

練習内容はいつもとだいたい同じで、練功18法、八段錦、五禽戯、簡化24式などをしました。



また休憩時間を使って、何人かは踢毬子を楽しみました。はじめは蹴っていましたがあまりに続かないので、だんだんと手がでてきたところはご愛嬌です。そのうち上手になるでしょう。

初練習のあとは中華料理屋の大連香で新年会をしました。参加

者は1人入れ替わって9人です。

新年会ですので、テーブルにいつも置かれてるメニューには載っていない、大鍋を使った料理を注文しました。鉄鍋炖排骨酸菜と東北杀猪菜鍋を注文しました。東北杀猪菜鍋は参加した中国人男性のオススメでしたが、予約したときにお店の人に「これ、血よ。大丈夫？」と心配されました一品です。



鉄鍋炖排骨酸菜

どちらの鍋も初めて食べる味でした。鍋の周りにトウモロコシと小麦粉のパンを貼り付けて焼いたのが、味はみんなに好評でした。

問題の東北杀猪菜鍋、血のソーセージはレバーっぽい感じでした。私はダメだったけど、うちの母は平気で食べてました。

太極拳教室の日曜練習会は毎月第一日曜日です。2月は4日にあります。真似すればできる簡単な運動が多めですので、運動不足の方は是非ご参加ください。

小川涼子



ハロウィンパーティー

小規模多機能ホームいほり
岡田 民

さわやかな秋晴れの続く10/30(日)、10/31(火)ハロウィンパーティーをしました。

手作りかぼちゃケーキとかぼちゃのむしケーキで *teatime*、思い思いの仮装をし、ハロウィンを楽しみました。



ハロウィンは日本というお盆のようなお祭りでのこの世とあの世の境がなくなる日、ちみもうりようがさまよう、少しおどろおどろしいお祭りですが、二胡の演奏にあわせてみんなが踊り出し、笑顔と笑い声があふれる日となりました。

最後にみんなで記念写真をパチリ、みなさんモデルのようです。

クリスマス音楽会

12月25日午後 小規模多機能ホームいほりにてクリスマス音楽会が開催されました。

当日の朝に練習、リハーサルをするというにわか仕立てのハンドベルでオープニング。音をとり間違えたり、タイミングを外したり大爆笑、和やかな雰囲気の中で幕がきました。

ハモニカ、笛、二胡、一人芝居、一人二役のミュージカルコント、AIを駆使した腹話術、カリンバ、カラオケ。いっぱい詰め込んだ宝箱のような時間が過ぎていきました。

ある利用者様に、花嫁さん役になつていただき、ベールかぶってみんなの中心に。花嫁車の周りを祝うように家族様も参加の総踊り、日頃はあまり歩かれないご利用様がとびきりの笑顔で踊りの輪の中に、サンタの登場でみんなのボルテージは絶好調。プレゼント受け取り、フルーツケーキでティータイム。いろいろ工夫して準備してくれて良かった。楽しかった。利用者様からお言葉いただきました。今年もあと少し、コロナやインフルエンザが吹き荒れる日々でしたが、元気に過ごしましょう。 岡田

次回の新聞送作業は

2月13日(水)午前10時半から
民主会館2階で行います。

前回お手伝いくださった方で
す。

井飼田
河犬真