

おんたけ新聞

平成30年1,2月号

★1月誕生日



皆様 お誕生日おめでとうございます。

★2月誕生日



簡単リハビリ体操:姿勢良く歩きましょう

みなさん歩く時、背筋は曲がっていませんか？猫背になると転ぶリスクが増えるだけでなく、お腹を圧迫胃や腸に負担がかかってしまいます。健康な体作り&転ばない為にも姿勢良く歩きましょう！今回は姿勢を良くする座り方をご紹介します！



- ①イスに浅く座り足を肩幅に開きましょう
 - ②背筋を伸ばし、胸を張りましょう。
- 【ポイント】
腰の辺りをしっかり反らして座ることです。
まずは10回×3セットを毎日続けてみましょう！

おんたけ紹介コーナー

みなさんをご紹介するコーナー！
今月号の主演は扶桑町、犬山市在住の■■■■様、■■■■様です。今回はお二人が熱心に取り組まれていた「招き猫の貼り絵」をインタビューを交えてご紹介します！

☆おんたけでの楽しみは？
→みんなとお話する事、貼り絵などの指先を使った趣味活動が楽しみです♪

☆貼り絵を始めたきっかけは？
→最初は頼まれたのがきっかけ。でも、やり始めたら楽しくなって、作品作りができること、作品が完成するのが楽しみになりました。

☆作る時、特に力を入れた部分はどこですか？
→猫の顔の白い部分を貼る所が一番難しかった！下の色が白色で境目が難しく、はみ出さないように緊張しながら必死になって頑張りました(笑) ⇒⇒

☆作品作りをしている時はお喋りしていますか？
→話しているけど、、夢中になりだんだん無口になっていきます(笑)

夢中になって取り組んでいる姿って周りから見ると輝いて見えますよね。おんたけでの楽しみを「貼り絵」と言って下さる事はスタッフにとってすごく嬉しいこと！お二人の活躍にこれからも期待しています。

招き猫はお二人だけでなくみなさんに協力して頂き完成する事ができました☆
ありがとうございました！

2018年も元気に頑張ります！



本年もよろしくお願ひ致します

《クラフトバンド教室》

1月、2月の作品をご紹介します！1月は雪だるま。2月はバレンタインにちなんでハートの形をしたカゴを一生懸命作られています☆



【絵手紙教室】

1月の作品です！年が明け寒さが残る中、春の温かみを感じる作品や風物詩、季節を先取りした作品が数多く並んでいます(◇^)



イベント写真館



1月19・20日「新年会」
「～必殺仕事人～おみつの恨みはらします～」
毎年恒例の新年会！今年も時代劇をテーマにスタッフ頑張りました！必殺仕事人という事で、どのように敵を倒すか、かっこよく見せるか等スタッフ同士試行錯誤しながら練習に取り組みました☆武士役の羽佐田が薬に毒を入れるシーンや仕事人役の大西との迫力のある殺陣シーンが見どころでしたね☆みなさんから「良かったよ～」「楽しかった！」と沢山の声を聞く事が出来て大満足です！来年も工夫をこらした新年会をお楽しみに～(*^-*)

1月25・26日「誕生日会」
さぁ～今年は一味違いましたよ～初っ端からサプライズゲスト「美空ひばり」「石川さゆり」「テレサ・テン」が登場…いや、、待ってください！誤報が(笑)正しくは、スタッフが演歌歌手となり3名の代表曲「川の流れるように」「津軽海峡冬景色」「時のながれに身をまかせ」を歌わせていただきました(◇^)そして、名コンビ「まっちゃん&オヨネ」に扮した大西&池田が登場！オヨネーズの代表曲「麦畑」をデュエットしました♪顔にそばかすとしわを描いたメイクを見たみなさんから大きな笑い声と拍手が聞こえましたね☆

2月24日「和太鼓 鼓珀」
(和太鼓演奏ボランティア様)
お馴染みの南京玉すだれから始まり可愛い子ども達が頑張ってくれました！迫力のある太鼓の音と体に響いてくる笛の音色がとっても魅力的でした！小さいカエルの登場は盛り上がりましたね☆そして、最後に折り紙で作った「ふくろう」を頂きました！みなさん、そして私達にも「福」が来ますよ！という意味を込めて一つずつ作ってくださったようです(*^▽^)

日本の食文化コーナー 【節分:恵方巻】

節分は2月だけではなく、1年で4回訪れる季節の節目という事をご存知でしたか？二十四節気の中に立春・立夏・立秋・立冬と呼ばれる日がありますが、これら4つの日の「前日」を節分というそうなんです。

～恵方巻の由来～
恵方巻は、江戸時代から明治時代にかけての大阪の花町で節分のお祝いや、商売繁盛を祈ったことが始まりと言われています。当時は恵方巻という名前ではなく、「丸かぶり寿司」や「太巻き寿司」と呼ばれ、七福にちなんで、7つの具を入れて巻くのが基本だそう！

ちなみに、1989年広島のスエデンが恵方巻と名付けて販売したことから全国的に広まったと言われています。「福を巻き込む」という巻き寿司を切らずに食べる事で、福を丸ごといただくという縁起担ぎの意味がありますよ。

