

にじいろ通信

第188号
令和1年10月発行
心学塾作業所

秋です。ウォーキングには最高の季節。最近のブームで、歩いている人をたくさん見かけます。

1日30分のウォーキングは、基礎代謝アップ、慢性病予防、ストレス解消など、良い事だらけだそう。パイの部屋には、毎日歩いて10キロ痩せたメンバーさんがいます。素晴らしいです。目標は後10キロだとか。(服のサイズが心配)さあ、気持ちの良い季節、運動してないなあと思う人、車をやめて歩きましょう！

車のない時代の人は、よく歩いていたようです。例えば江戸時代の人は、江戸から京へ1日30から40キロも。中でもたくさん歩いた事で知られた人に、日本地図を作成した伊能忠敬がいます。17年かけて日本全土を測量し、作成したその地図の正確さと言ったら、今の地図とほとんど変わらないそうですから、すごい人がいたものです。

その忠敬、喘息の持病があったそう。それを押しての測量は、かなり過酷だったはず。しかし歩く事によって、思いがけず身体が丈夫になり、喘息がほとんど出なかったとか。ところが後半、偉くなっちゃったんです。サムライの位が。籠に乗る人担ぐ人、と言います。これが持病の喘息を悪化させてしまい、晩年は家で療養しながら、部下に指示を出して地図作りを続けたのだとか。テレビでやっていました。歩くって凄いですよ！

そうそう、ウォーキング効果を調べたところ、中には、直感力が高まるとか、発想力向上とか、目標が達成出来そうな気持ちになる、などなど、人生あなたの思うまま、みたいなものもありました。皆さんも是非、たくさん歩いて運を掴んでくださいね。

台風19号は、東日本各地に甚大な被害をもたらしました。強大な自然を前にして、人間がいかに非力であるかを思い知らされました。自然の声に耳を傾け、敬う気持ちを忘れてはいけないと思いました。一日も早い復興をお祈り申し上げます。(名手)

心学塾フェスタ

10月20日(日)に心学塾の年に一度のお祭り「心学塾フェスタ」を開催しまし

た。今回のテーマは「心学塾フェスタ わ!和!!輪!!!」です。

前日まで天気が悪かったので、雨天の中でのフェスタを覚悟していましたが、職員
やメンバーさんの思いが通じたのか当日の天気は晴天で絶好のお祭り日和でした。

初めに藤澤秀治理事長による開会のあいさつの後、保護者会代表の東野和美さん
による、前理事長、新理事長への花束贈呈がありました。

今回の心学塾フェスタには中宮中学校吹奏楽部、関西外国語大学チアリーダー部
パイレーツ、スターダスト河内が演奏やチアリーディング、ダンスなどのパフォーマ
ンスをしてフェスタを盛り上げてくれました。パフォーマンス以外にも地域の黒屋
さん、ベジームビレッジさん、しらかばの郷さんが出店をしてくださいました。毎年
様々な企業、団体の人達が心学塾フェスタに参加してくださる事で少しずつですが
地域とのつながりが強くなっているように感じています。

今年も職員が早朝から頑張って、ちらし寿司や焼きそば等を作り出店しました。
殆どが完売で大好評でした。職員の家族も焼きそばを作る手伝いに来てくれました。
保護者バザーやグループホームの世話人さん達で出店した当てもの屋さん也大盛況
で、みんなで作り上げたフェスタなんだなと実感しています。

作業所メンバーの山崎さんが飛び入りでプロ顔負けのダンスパフォーマンスをし
たり、ゆるキャラの「ひこぼしくん」と「おりひめちゃん」とのじゃんけんふれあいコ
ーナー、毎年恒例のビンゴ大会と今年も大変盛り上がったフェスタになりました。

今回の心学塾フェスタも最後にみんなでダンスを踊りました。今回の曲はfoorinの
「パブリカ」という曲です。今回のフェスタに向けて朝礼時に数か月前からメンバー

さんと職員が一緒になってダンスの練習をしました。今まで見たことの無い様な、いきいきとした姿で踊るメンバーさんを見ると、一緒に練習してきて本当に良かったと感じました。

今回のテーマ「わ！和！！輪！！」の様にみんなで楽しんで協力しあって繋がり
の輪を築いたフェスタになったと感じています。

最後に今回のフェスタでは台風19号で被災された人たちの為に少しでも力になればと募金活動をおこない、沢山の寄付をいただきました。集まった寄附金は「ゆめ風基金」に寄付致しました。ご協力大変ありがとうございました。（河村）



11月のお米は…

締め切りは、5日（火）

お渡しは、14日（木）以降となります。



11月のセボン販売は26日（火）です。

11月の販売予定

11月6日（水） ビバモール
11月15日（金） 市役所バザー
11月19日（火） ビバモール
11月20日（水） 藤阪バザー
11月22日（金） 市役所バザー

今月のバザーご提供者

マツオカ様、タノウエ様、クラモト様、マキ様、オキ様、ハマカワ様、ナイトウ様
マルヤマ様、サイトウ様、ウオズミ様、ミムラ様

いつも沢山の皆様にご協力いただきありがとうございます。

心学塾作業所 072-859-9194

バザー用品の他にアルミ缶・古紙・牛乳パックも回収させて頂いております。

アルミ缶は特に不足しています。