

東古松サント診療所 デイケア新聞

2024年8月号

鈴木敏夫とジブリ展

岡山県立美術館で開催されていた「鈴木敏夫とジブリ展」に行ってきました。

久しぶりに公共交通機関を使っただけの移動でした。バスの遅延があり、急遽、路面電車を使いましたが、「初めて」や「久しぶり」という方も多く、良い体験ができました。鈴木さんがどのようにジブリの世界に入っていたのかなど知ることができ、ワクワクしました。昼はインドカレーを堪能し、暑さを吹き飛ばしました。



みんなでそうめん

みんなでぶっかけそうめんを作りました。そうめんの上に乗せる具沢山のトッピング（きゅうり、ハム、錦糸たまご、トマトなど）を皆で準備しました。

トマトはサントの畑で取れたものです！豪華で彩りよい1杯に、食欲をそそられ、ついおかわりをしてしまいました。

太極拳

夏は散歩を休んでいるので、7月～9月は昨年に引き続き、太極拳の奥西講師に来て頂き、太極拳を教わります。

1年振りの太極拳ですが、普段の姿勢に気づき、体を動かしていくこと、重心移動をしながら体を支えることなどゆっくりとした動きですが、良い運動になりました。

