

9・10月の活動報告

お月見キャンドルナイトヨガ

毎週木曜日に開催している三幸ヨガより特別回！暑さが落ち着き中秋の名月を控えた頃、「お月見キャンドルナイトヨガ」と題し、9月9日と10月5日に開催しました。お天気に恵まれず、両日福祉パーク館内のふれあいホール開催となりました。しかしながら、たくさんのキャンドルの明かりと天井に投影された満月の中、いつもと違ったふれあいホールの幻想的な雰囲気をお楽しみいただけたかなと思います。お気に入りのグラスに入ったキャンドルを選び、マットの周りに配置、いよいよヨガが始まります。じゅらくのヨガ教室でおなじみの今田奈穂子先生によるヨガは、呼吸を意識したものです。伸ばすところ、意識するところ、いろいろな動きをしながら、当日の自分のからだに向き合いながら行いました。ヨガの最後は瞑想の時間。ちょうど雨が上がり雲も切れ、外でお月さまを眺めながら行うことができました。



おてがるクラフト

4月以降、毎月第二日曜日に開催している「おてがるクラフト」。

9月14日は、アルミホイルを使ったスタンドグラス風のクラフト「スタンドホイル」を作りました。破れやすいアルミホイルを扱う作業は、小さなお子様にはなかなか難しかったようですが、キラキラ輝く作品とたくさんの笑顔が見られました。

10月12日は、ハロウィンシーズンにピッタリな、毛糸で作る愉快的なモンスターたち。好きな色の毛糸をぐるぐる巻いて、目玉パーツやモールで飾り付けたら完成です。自分で生み出したモンスターの名前や性格を考えるのも、楽しんでもらえたように思えます。



ハロウィン親子デイキャンプ

10月26日は、秋にピッタリの親子デイキャンプを開催しました。

お昼ご飯は、焼き芋と手作りピザ。ホクホクあま〜い焼き芋は、新聞紙とアルミホイルで包んでもらいました。手作りピザは、生地作りからスタート！袋に入れた粉類をこねこね…。ピザソースと具材を乗せて、トッピング用のチーズはオバケやカボチャの形にくり抜きました。

クラフト体験では、枯葉や花など自然の材料を活かした万華鏡を作りました。身近な材料でも万華鏡を通して見ると、いつもと違って特別に見えるのが素敵でしたね。

ラストを飾るのは、メキシコの伝統的なくす玉「ピニャータ」。オバケ・カボチャ・コウモリの形のピニャータを、カー杯叩いて割ります。割れたピニャータからたくさんのお菓子が出てきて、わぁっと歓声が上がりました。

雨天やスタッフの経験の少なさから、進行が滞ることもあり、参加者の皆さまにはご不便をおかけ致しましたが、「楽しかった」の声に救われる思いでした。次回に向けてブラッシュアップしていきたいです。



11・12月のイベント予定

- | | |
|-----------|----------------|
| 11月9日(日) | おてがるクラフト |
| 11月13日(木) | じゅらくのヨガ教室 蕎麦の会 |
| 11月23日(日) | きのこのおまつり(外部) |
| 12月7日(日) | クリスマスクラフト |
| 12月14日(日) | おてがるクラフト |
- 毎週木曜は、じゅらくの里ヨガ教室！

※12月28日～1月5日は年末年始の休館日です。

スタッフのひとこと

葉っぱ切り絵の作家さんの作品を見て、いいなあ素敵だな、私もやりたいなあと思いながら数年が経過しました。芸術の秋、じゅらくに落ちている葉っぱでやってみようかな…と思いながら、また今年が終わる気がします。 By木塚