

～皆さんで輪になって～

コロナウイルスのため、外出が積極的に出来ない日が続いています。ずっと室内にいると体力も落ちてしまうので、5月から週1回ではありますが、午後からレクリエーションを始めました。

まずは、輪になって自己紹介から始まります。「今日も1日頑張りま〜す」「いつもありがとうございます」と、それぞれの方がひと言ご挨拶をされるので、どんなことを話して下さるのか楽しみにしています。続いて、体操（手足の運動）やボール蹴り、歌、かるた、玉入れ、トランプなど、出来ない方も一緒に輪に入ってもらっています。

レクリエーションを始めて、笑い声がとても増えたような気がします。これからもどんどん続けて、皆さんに楽しんでもらえたらと思います。

この道 松比良 圭

5月はカルタや体操、トランプをしました。皆さんとても楽しんでくださいました。

