



n-cafe

ひまわり

たより



★次回は **7/5 (日)**

OPEN

14:00~16:00



＜＜イベント＞＞ **「フルーコーラルハワイアンズ」様  
によるハワイアンミュージックとダンス**

○ **専門職によるミニ講座もあります。**

○ 飲物とお菓子で¥200です。

お飲み物は色々ご用意しております。

詳しくは当日スタッフまで…

○ **専門職による相談実施中。お気軽にどうぞ。**

○ ティサービスセンターひまわり 廿日市野村病院向かいのガハンスランド横



お問い合わせ「n-cafeひまわり」0829-38-2112



2026年



48号

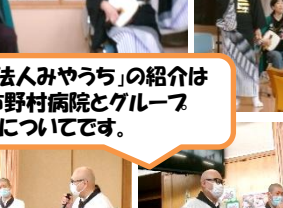
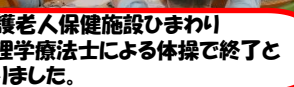


# n-cafe ひまわり

ヨンジウハチゴウ

梅雨の午後、津軽の音色に包まれて

第48回目となる「n-cafe ひまわり」が6月4日に「デイサービスセンターひまわり」にて開催されました。これまでも何度か出演いただいております「さこいもの会」のメンバーの皆様をお迎えしました。第一部では今西健介さん・今西博美さんご夫婦による太極拳講座を開催しました。お二人は太極拳二段の資格を持ち、2016年から広島県代表として太極拳全国大会に出場されています。2025年の国民スポーツ大会では全国6位という素晴らしい成績を収められ、現在は今年開催される青森県大会での上位入賞を目指して練習に励まれているそうです。参加者の皆様は講師の動きに合わせてゆっくりと身体を動かし、呼吸を整えながら、リラックスした雰囲気の中で太極拳を体験しました。第二部は、津軽三味線と歌と楽器の演奏が披露されました。ギターによる「禁じられた遊び」で幕を開け「酒よ」「川のがれのように」等の歌唱に続き、津軽三味線による「津軽甚句」や「りんご節メドレー」等が演奏され、迫力ある音色に会場は引き込まれました。津軽三味線の迫力ある力強い音色と民謡の魅力、そして太極拳による健康づくりを一度に楽しめる充実した内容となり、その後も、「医療法人みやうち」の紹介や専門職による体操と続き、会場は終始和やかな雰囲気にも包まれました。



会場が一体となって歌を楽しみました。

息の合ったお二人の太極拳。剣を使った舞もご披露いただきました。



会場の皆様とも和気あいあい。

いよいよ津軽三味線の皆様のご登場です。



「医療法人みやうち」の紹介は廿日市野村病院とグループホームについてです。

参加者の皆様もゆっくりとした動きを覚えてもらいながら、体を伸ばしていきます。呼吸が大切だそうです。

## 開催予定のご案内



1/5(日) 14:00~16:00

会場: デイサービスセンターひまわり

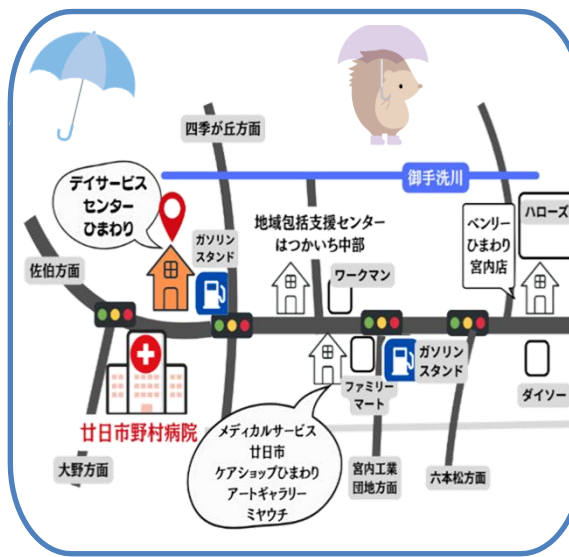
イベントゲスト: 「フルーコラールハイアンス」様によるダンスと演奏をご披露いただきます。

専門職によるミニ講座も開催予定です。お楽しみに!

8/2(日) 14:00~16:00

会場: デイサービスセンターひまわり

夏まつりと認知症講座を開催予定です。



わかりにくかったらいつでもご連絡下さい

梅雨空が続く季節となりましたが、今月のn-cafeでは津軽三味線の力強い音色と、太極拳のゆったりとした動きに触れ、参加者の皆様と心地よい時間を過ごすことができました。音楽や体操を通じて自然と笑顔が広がり、人と人とのつながりの大切さを改めて感じるひとときとなりました。皆様は太極拳体験、いかがでしたか。私はとても楽しかったのですが、これがあればチャレンジしたいです。

これから暑さが増してまいります。皆様どうぞ体調にお気をつけいただき、また来月もこの場所でお会いできることを楽しみにしております。

(北村)