サポートハウス 夢の郷・サンシェア和's

サンシェア和's　和太鼓体験 ☺

迫力のある音が響き渡りました ☺

Vol.78
2025.12

夢の郷・和's便り。

「サンシェア和's　和太鼓体験」

11月12日(水)サンシェア和's では、京丹後市老人クラブ連合会女性部「小森明美様」をお招きし「和太鼓」体験を実施しました ☺

小森様には毎年「海山園敬老まつり」にて、久美浜子供太鼓あまべっこ様として出演して頂き、迫力のある演出と多彩な音色を披露して頂いています ☺

今回の企画で、初めて和太鼓に触れる方も多くおられ、始まる前からとても楽しみにされていました ☺

～参加された皆様から～

「初めてぁ～和太鼓に触れたけど、音色がええな ぁ～体中に響くわ ♪」
「バチで太鼓を叩くと気持ちがええし、ストレス発散になるわ～ ♬」
「リズムとタイミングがなかなか難しいなぁ～…」
など、楽しみながらの体験にとても満足しておられました ☺

和太鼓の音には、ストレス解消とリラックスなどの精神的な効果があると言われています ☺

また、体全体で表現する事により体幹のトレーニングにも繋がります ☺

今回、和太鼓を通じて日本の伝統的な文化に触れる貴重な機会となりました ☺

次回は日本の伝統的文化「餅つき」お楽しみに～ ☺

貴重な機会となりました ☺

「第2回　サンシェア和's　秋季グランドゴルフ大会♬」

11月13日(木)、サンシェア和's 第2回秋季グランドゴルフ大会を開催致しました ☺

当日は天候にも恵まれ、気持ちの良い秋風を感じながら、参加されたご利用者の皆様が、元気ハツラツとプレーを楽しまれています ☺

それぞれがスコアを付け、良い緊張感の中、ワクワク♬ ドキドキ♬ と手に汗握る白熱した展開となり、好プレーが飛び出すごとに、ご利用者同士「ナイスショット♬」と称え合いながら、爽やかな汗を流されました ☺

～参加された皆様からは～

「今月2回目だで、ええ感じで打てた！」
「もう少しでホールインワンだったわ～」
「久しぶりだけど、楽しかった。ありがとう♬」
と　**笑顔溢れる大会となりました ☺**

グランゴルフは、軽い有酸素運動であり、心肺機能の向上やストレス解消の効果があります ☺

また、スコアチェックやショットの方向・距離間を思考することは、集中力を高める効果と認知機能の維持・向上にも期待が持てます ☺

今後も「自由・夢中・チャレンジ」をコンセプトに、皆様が楽しみ続けられるメニューを提供していきます ☺

皆さんナイスショットでした！！

夢の郷　イチゴの苗植え

先日、ご入居者の皆様とイチゴの苗を植えました ☺

たくさんの実がなることを願い、春の収穫を今から楽しみにしています ☺

次回は、クリスマス企画と餅つきを予定しています ☺

楽しみがひとつふえました ☺

久美浜湾一周駅伝競走大会

11月23日(日)に行われた第59回久美浜湾1周駅伝競走大会に太陽福祉会も出場しました ☺

沿道では、ご利用者の皆様や地域の方々から、たくさんの温かいご声援を頂き無事ゴールまでタスキをつなぐ事ができました ☺

ありがとうございました ☺

サポートハウス夢の郷(担当:野村)・サンシェア和's(担当:伊賀)
住所:京丹後市久美浜町湊宮 10467 番地の 390
TEL　0772-83-2525　・　FAX　0772-83-2626

Follow me!
Instagram　YouTube　法人 HP　バックナンバー