

梅雨空の中爽やかな気持ちにさせてくれた紫陽花の季節も過ぎ、夏の気配を感じ始めた今日この頃。

つどい当日も気温30度超えの予報の中の開催となりましたが、メンバーさん、ご家族、ボランティアさんの他見学の方、保健師を目指す学生さんなど31名の方にご参加いただきました。

7月のつどい

今月の先生（言語聴覚士）：松井先生

音楽担当：中村さん

①日付の確認（令和8年7月9日木曜日）

お天気は？→晴れ

今日の気温は？→ 暑い 32度予報



「暑い！」を体で表現するとどんな感じですか？と松井先生の質問で各自、表現してみました。
手で顔をパタパタとあおぐ動作で表現される方が多かったです。

②今月お誕生日の方へ「Happy Birthday to You」歌のプレゼント（合唱）

③ストレッチ、「88442211ポン」体操

④今月の歌「少年時代」「知床旅情」（※それぞれ一番の歌詞のみ）

知床の場所はどこでしょう？

この辺です



知床旅情の歌詞に出てくる花をみつけてみましょう？



→ はまなす

先生が用意してくれ写真（本）でハマナスの花を確認しました。
ピンク（まれに白）の可愛い花です。

⑤今月のテーマトーク

「夏に食べたいもの」「夏に行きたい場所、思い出の場所」についてペアで話して発表しました。

◎つどいの中でも練習しましたが、太字の部分を声に出して言ってみてくださいね◎

発表の多かった食べたいもの

行きたい場所・思い出の場所

鰻：3名
冷たい麺類（冷やし中華・素麺・蕎麦）：3名
かき氷・アイス：3名
スイカ：3名
ビール：2名



その他に発表された食べ物は…
焼き肉、すき焼き、寿司、枝豆、とうもろこし、
妻の作った肉料理、お母様の作った冷やし中華

・日本全国を旅行した。また行きたい
・妻と行った**広島県**
・家族と行った**山形県**
・家族と行った星の綺麗な沖縄の**小浜島**
・結婚後毎年行っている**ハワイ**
・家族と毎年行く**軽井沢**
・**キャンプ**
・**クーラーの効いた図書館**
・**孫に会う**



松井先生からのアドバイス

深呼吸をする時は息をしっかりと吐いてから吸う
と胸がひろがり、姿勢も自然と良くなります。簡単に
のできるのでお家でもやってみてくださいね。

つどい担当より

◎熱中症対策のため水分をお持ちください

◎空調の調整が難しいので冷房の苦手な方は
羽織るものなどをご用意ください