

地域のひと

DIYが大好きな音楽療法士さん

People of the region

どの部屋もまるでカフェのようなインテリア。玄関の下駄箱、リビングのTVラック、リビングテーブル、キッチンカウンターなどほとんどの木製の家具は鎌田さんの手作りです。最近の大作は造り付けの食器棚や洗面所のラック。夫と高校一年生の双子の娘たちからは「家の中が統一されてきていいね」と好評のようです。小学4年生の息子からは「最近、家の中はお母さんの作品が増えてきたね」と言われると笑う鎌田さん。

音楽大学を卒業後ピアノ講師になり、息子が保育園に行き始めた頃から老人施設などで音楽療法士の仕事を本格的に始めました。最近は仕事以外でも音楽仲間とクラシックの演奏活動をする他、昨年度は子どもの通う学校のPTAの役員などを務めました。そんな忙しい時でも休みの日にはDIY!

「高校生の頃から部屋の模様替えが好きでした」と言う鎌田さん。現在は「高蔵寺まちづくり株式会社」の「DIYサポーター」としても活躍中。UR都市機構の空き家のリノベーションを手伝っています。「みんなで一緒に作業するから楽しいです。壁紙やタイルの貼り方なども学びました」と、その経験を活かしてDIYの腕前はめきめきとアップ!

DIYは友人からのオーダーも手掛けます。最新作は知人がオープンしたバーの吊り下げワインラックとカウンターという大仕事。「組み立てて形が出来上がっていく過程が好きです。出来上がると1人ニヤニヤ眺めています。もう次の作品も考案中のようです。」

押沢台 鎌田加代子さん



キッチンカウンター、引き出し、壁、ラック、ボード。鎌田さんのDIY作品です。

こどもとまちなサポートセンター

LINEでクイズに挑戦しよう!



まずは登録から!

こどもとまちなサポートセンター

- ① QRコードから「こどもとまちなサポートセンター」のトークへ。
- ② 下の問題1.の答えをひらがなで入力してね。
- ③ 正解したら問題2.へ進めるよ。
- ④ 問題3.まで全問正解できたら特典をゲット!!
※間違えても何回でも挑戦できるよ。

特典あり!

●さあ解いてみよう! GO! なにか出てくるかな?

ヒント 左の8つの「ひらがな」から一つの言葉が見つかります。

例

しとなあ
ねぎのち

まちがい

[問題]

いあみふ
てたぎい

?



挑戦期間: 8/1(土)~8/31(日)

EVENTS [8月の予定] ギャラリーイベント「ギャラリーで開催」

4日(火)~10日(月) 斉藤ひと美 水彩画「おわらの里」

information

LINE
グループイベント事務局
問い合わせ先

グループふじとう営業のお知らせ

『新型コロナウイルス感染症拡大防止の対応について』
やむなく予定が変更になる場合がございます。
詳細につきましては、各施設までお問い合わせください。左記LINEもご利用ください。

▶ グループイベント事務局 (まちなエクスパネット) Tel:0568-37-2933

グループふじとうニュースの配布には、各地域の中日新聞専売店(石尾台専売店 とみた新聞店・中央台専売店 田村新聞店・藤山台専売店 西澤新聞店・岩成台専売店 加藤新聞店)の各所にご協力いただいております。

新しいコミュニティカフェ Community Cafe

新しい

グループにスポーツ教室誕生!

9月開講!

8月から募集

誰もが楽しめるスポーツを、その人に合わせてサポートする運動教室が始まります。

無料1日体験も同時募集

今回はこの秋からスタートする「子ども」と「シニア」向けのスポーツ教室の紹介です。インストラクターの他、スポーツの専門家と作業療法士も加わり、運動メカニズムの観点からも運動指導にあたります。



Jスクール ●対象:小学生(1年~6年) ●定員:10人

- ・一人ひとりの運動の記録をとって、その子に合った適切な運動指導を行います。
- ・運動が苦手な子も歓迎!
- ・月単位でメインメニューを陸上・球技・体操・ダンスと替えていきます。「健康な心と身体作り」をベースに、球技では集団行動やルール、ダンスでは表現力なども身に着きます。

人気スポーツからマイナースポーツまで様々な要素を取り入れていきます。

Sスクール ●シニア(年齢制限なし)

[レジスタンス運動*1]や[有酸素運動*2]をコツコツ行い健康な身体に!

運動による腰痛予防や肩こり改善はもちろん、作業療法士の視点でも改善していきます。

腕が上がりにくい
関節の動きが良くないなどの
お悩みにぜひ!

- *1 スクワットや腕立て伏せなど筋肉に負荷をかける動作を繰り返し行う運動。
- *2 ウォーキングやジョギングなど長時間継続して行う運動。

詳細 9月5日スタート!

曜日 土曜日 料金 4000円/月(月4回 保険料込み)

時間 Sスクール(シニア): 9時30分~10時30分 場所 グループ体育館ほか
Jスクール(小学生): 10時45分~11時45分

2本のボールを使います

お知らせ 新しいコミュニティ誕生!

来年の春より「みんなで歩こう!ノルディックウォーキング(仮称)」が始まります。ボールを使いながらウォーキングをするだけで、全身運動の効果が得られます。運動場が芝生広場に生まれ変わる来年の夏に向けて、みんなで楽しめる企画をいろいろ考えていきます。こちらもご期待!

ノルディックウォーキング



手作りあずき

暑中お見舞い申し上げます。夏、真っ盛り。一息ついて冷たいものを食べたくなった時にこんなデザートはいかが?

ちょこっとサイズなのでちょっと小腹が空いた時に。食後にもオススメ。

国産あずきをg café Fujitoでスタッフが丹精込めてコトコトと炊き上げています。
甘さ控えめ 白玉あずき 120円 [税込]

他にも、各種ゼリーやソフトアイスなどご用意しています。

g café Fujito の冷たくて美味しい「白玉あずき」

g café Fujito カフェスタッフ募集中! 土・日・祝・平日夕方に働ける方優遇 詳細はお電話にて [Tel:0568-37-2933]



AUGUST 2020



http://expanet.jp

お申し込み・お問合せ

グループイベント事務局 (NPO法人 まちなエクスパネット)

Tel:0568-37-2933



g café Fujito

Tel:0568-37-2933

9:00~18:00

[モーニング]

9:00~11:00

月曜日定休日

[月曜が休日の場合は、その直後の休日でない日が休館日となります]

バル(Bar)タイム

zzzzzzz.....