

# あいらんばん6

がつごう  
月号

（本施設は、公益財団法人 東京 YMCA が指定管理者として運営しています。）



こうがくねん

## 高学年サマーキャンプ

大自然の中で 思い切り遊ぼう！

あいぷらのキャンプで この夏 最高の思い出を！

日程：8月25日（土）～27日（月）（2泊3日）

行先：千葉市少年自然の家（千葉県長生郡長柄町）

対象：小学4～6年生

定員：40名

申込み：6/11（月）～6/29（金）

\* 申込み多数の場合は抽選となります。

\* 募集要項は6/11（月）～フロントでお配りします。

詳しくは募集要項をご覧ください。



## 私とあいぷら

高橋 一子 さん

ご主人のあいぷら利用をきっかけに、フラレックス、歌声ひろば、うたごえパーク等に参加している高橋さん。毎回プログラムに無理なく参加できるのがうれしいとのこと。今では、交流プログラムにも積極的に参加していただき、乳幼児やこども園児、小学生と楽しく活動してくださっています。明るく元気なあいぷらで活動するのが、元気の素になっているそうです。

あいぷらは、地域の多くの方々に支えられています。このコーナーは、あいぷらに対する期待や、活動への助言などを伺うインタビュー・コーナーです。



かんちょう

## 館長さんから

中国の昔の人で老子という人が書いた「老子」という本にこういう一節があります。『草にしろ木にしろ、何もかも生きているときは柔らかかくなやかであるが、死んだらひからびて、かさかさになる。こちこちしてかたいものは死の仲間であり、柔らかくしなやかなものは生の仲間である。』確かに動物が死んだら硬直して固くなります。パンでもご飯でもほっておくと固くなっておいしくなくなります。すべてのものがそうとは限りませんが、固くなることは健康には良くないことのようにです。そうならないためには潤いが必要ですが、それだけとは限りません。頭を柔らかくという言葉がありますが、脳をもみほぐしたり、保湿するわけでもないの、適度に使うことが必要のようです。そう考えると今行っている高齢者のプログラムは頭が柔らかくなる、喉が柔らかくなる、感性が柔らかくなる、指先が柔らかくなる、足腰が柔らかくなる、血管が柔らかくなる、全身が柔らかくなるなどいずれかに当てはまります。いろいろなところを柔らかくすることが長寿の秘訣の一つのようです。

（館長 波多啓造）



プログラム中、写真を撮らせていただくことがあります。写真は活動報告として、館内掲示などに使用させていただきます。ご都合の悪い方はスタッフまでお知らせ下さい。

びょういん

## おもちゃの病院

6月23日（土） 10:00～15:00

3階 集いの部屋

ドクターがおもちゃを直してくれます。事前に壊れたおもちゃをフロントでお預かりすることもできます。部品によっては多少の費用がかかる場合があります。

たんじょうかい

## 6月生まれの方のお誕生会

6月29日（金） 11:00～11:30

3階 ふれあいラウンジ

赤ちゃんから高齢者の皆さんまで、みんなで祝いましょう！ご自由にご参加ください。

芝浦アイランド児童高齢者交流プラザは 乳幼児とその保護者、児童（18歳未満の方）、区内在住の60歳以上の方がご利用いただける施設です。

乳児・幼児には 保護者の付き添いが必要です。

開館日 日曜日～土曜日 開館時間 9:30～20:00

\* 祝日および12月29日・30日は18:15までです。

\* 休館日 年末年始（12/31～1/3）