

# たきび

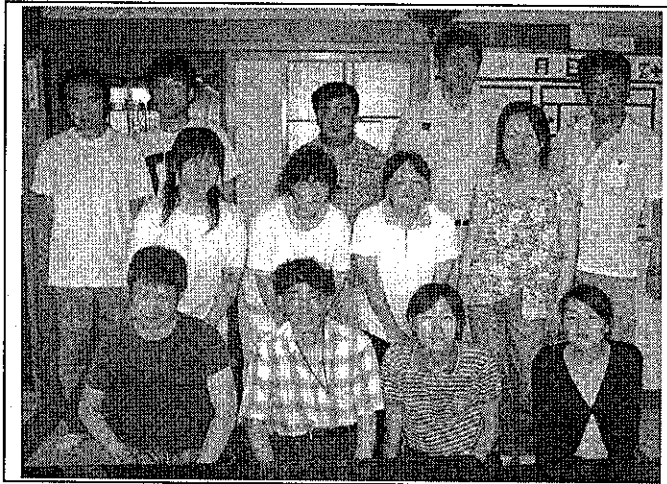
iずみアウトドアリハビリテーション倶楽部

981-3132 仙台市泉区将監6丁目6-2  
TEL/FAX 022-771-0966

編集責任者 辺見 宏美 H. 18 8月号

## 今月の目標

### 事故のないよう気をつけよう！！



☆暑さもだんだんと厳しくなり、梅雨の間 毎日雨をよけてくれた タープが、今は日よけとして大活躍しております！

さて、いずみでは、日々の活動の中で、恒例のスポーツ大会をはじめ、散歩や調理等皆で協力しながら、野外で毎日楽しく行っております。ご多忙とは存じますが、是非 皆様 いずみに足をお運びくださいませ！お待ちいたしております☆

## 日常のいずみの風景

しっかり支えてよ～！

1日の始まりは  
ラジオ体操



毎日タープ張ってます！

### 野外での調理！



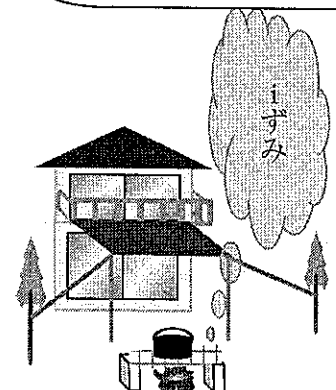
今日は量が多いなあ～  
料理人の血がさわぐ…

## 体力増進



ちょっとひと息！

◎毎週1回 いずみでは、体力増進の為に将監町内や泉中央付近の公園等に散歩に出かけています！日々のアウトドアプログラムを行うためには、体力も必要です。いずみの皆さんは、タオルや帽子、水分を用意して日差しの暑い日でも自分の体調管理を行いながら散歩を通じた体力増進に努めております◎



# スポーツ大会



準備体操 念入りに

イテテッ!

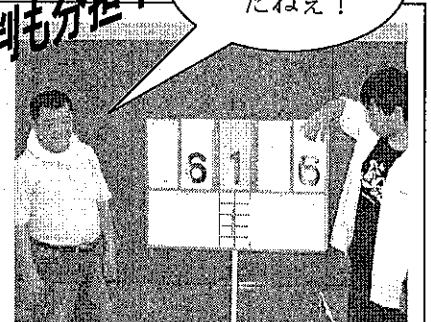


てきぱきと準備中

なかなか結べないなあ...

審判も分担!

いい勝負だねえ!



毎月恒例のスポーツ大会です。当日は、通常の買い物・調理・清掃プログラムを午前中のうちに終わらせなければならない為、皆で協力しながら「もう終わった〜?」と自然に声がかかります。会場でもてきぱきと動きスポーツ大会当日の流れが、皆さんの中で段々と定着してきているように感じております (^-^)\*☆

## ☆優勝☆



やった〜!!

すごいなあ...

## 卓球はペアで行います



準決勝までいったよ!!

# 7月行事 松島散策

「すみの行事では珍しくあじの雨でしたが、傘をさして楽しく散策してきました!」

傘をさして楽しく散策してきました!



れぽり倶楽部との交流



自己紹介をしました! また お待ちしております!

☆8月31日~9月1日に行事として泉ヶ岳へキャンプに行つてまいります!!日ごろのアウトドアや体力づくりを活かし、楽しんできたいと思います◎  
☆いずみではこの他いろいろな行事を企画しており、楽しく活動しております