

## 山国生活支援ハウス大運動会を行いました

10月23日(金) 前日の雨もすっかり上がり、絶好の運動会日和です。今年の競技種目は「物送りゲーム」、「ボーリング」、「玉入れ」、「パン食い競争」を行いました。選手宣誓では、「無理せず、頑張り過ぎず、ケガせず、ほどほどに自分のペースで楽しむ」と宣言し、久しぶりに身体を動かす入居者は生き生きした顔で楽しんでいました。「もう何十年も運動会に参加したことはなかった。今日は久しぶりに子供の頃に戻ったようでとっても楽しかった。」と喜ぶ入居者さんもありました。お昼は弁当箱に山菜おこわなど、ごちそうがいっぱいで運動した後には最高のごほうびに、入居者さんは大喜びでした。

