

常陽新聞

発行所 常陽新聞新社
 本社 〒300-0051
 土浦市真鍋2-7-6
 電話 029-821-1780(代)
 FAX 029-822-6743
 水戸支社 〒310-0852
 水戸市笠原町1050-1
 電話 029-244-6420(代)
 FAX 029-244-6474
 東京支社 〒104-0061
 中央区銀座8-10-8 銀座
 座8丁目ビル4階C-2
 電話 03-6252-1547
 FAX 03-6252-1534

花むつみ会
花組(土浦)

健康カラオケで元気に

高齢化社会が進む中、孤独・孤立したお年寄りの仲間づくりに一役買おうと、土浦市文京町の土浦石岡地方社会教育センターにある同好会の一つ、むつみ会花組(皆藤久雄会長)では「健康カラオケ」を通して趣味や人の輪を広げるとともに、心身の健康促進にも役立てている。

同会では、月に1曲のペースで課題曲を覚える。今回の課題曲は、真木こみさんの新曲「おんなの時雨」。

はじめに、腹から声を出す癖を付けたら、基本の腹式呼吸で発声練習。声が出てきたところ

で、課題曲のけいこに移り、全員で伴奏に合わせて歌った。

皆藤さんは音符のテンポやリズム、声の強弱といった注意点を分かりやすく



歌のレッスンをする会員ら＝土浦市文京町の土浦石岡地方社会教育センター

指導。「サビは歌詞の意味をかみしめるように」などと要点を説明し、和やかな雰囲気

進められた。

土浦市真鍋の富島すいさん(89)は「子どもころから歌うことが好きだった。新しい友達もでき、老後の自由な時間を楽しんでいく」と充実した時間を過ごしたようだった。

皆藤さんは「楽しみながら健康なことをする。健康維持のためにも会員を増やしたい」と話した。

同会では昨年12月に発足し、現在は会員10人。毎週火曜日の午後1時半～3時半まで同センター視聴覚室で練習している。会費は1カ月500円。

問い合わせは、皆藤久雄さん(電話029・831・2842)まで。