

岡崎いきいき新聞



2022
3月号

おかざき
いきいき

京都市岡崎いきいき市民活動センター

新イベント「Music Mix」始動



2月21日、28日、3月7日、冬の寒さが少し残る中、新イベント「Music Mix（ミュージックミックス）（以下MM）」が開催されました。MMとは、「楽器の演奏×ダンス×体操」と、音楽にさまざまな要素をミックスさせて誕生した新たな介護予防音楽プログラムです。このプログラムは、昨今のコロナウイルス感染症のまん延により、高齢者の健康向上を目的とした取り組みがことごとく中止になり、地域に暮らす高齢者の健康に大きな影響を及ぼしていることを受け、開発しました。主に椅子に座ったまま行うので、誰でも気軽に始められ、運動強度も参加者の身体レベルに合わせて行うことができます。講師は、元中学校の体育教師で、現在は高齢者向けの体操教室で講師を務めている「よっしー先生」と通所り



楽器を使った体操の様子

ハビリテーション施設で作業療法士として働く「みっちゃん先生」です。講座前後も、講師と参加者の方々と大いに盛り上がり、始まる前から和やかな雰囲気になっていきました。ある日の内容は、準備体操はカーペンターズの「イエスタデイ・ワンス・モア」です。その後、曲はアップテンポにビートルズの「オプ・ラ・デイ、オブ・ラ・デイ」、リトル・エヴァの「ロコモーション」、ステイビービーワンダーの「愛するデューク」。マラカスなどの楽器も使い体操をしました。曲はテレビのCMなどでお馴染みの曲も多く、歌詞は知らなくても自然とリズムをとっている方も多かったのです。みっちゃん先生の説明と掛け声、よっしー先生の

3月のイベント情報

3/12(土) 14:00～15:30 開場13:30
☆レコードを聴く会番外編
ワールドミュージックを聴く会
ゴッタン奏者黒坂周吾さんと、民族音楽に造詣の深い京都文教大学の馬場雄司先生をお迎えして濃い話をして頂きます。

大きくキレのある動きを参考にし、笑顔の溢れるじかんになりました。「もっとやりたい」との声が上がるほど大盛りの中、MMは終了しました。ご参加頂いた皆さまありがとうございました。このMMは4月からNPO法人音の風が事業を引き継ぎ開催します。参加費は1回550円。第2月曜日は岡崎いきいき市民活動センター、第3月曜日、東山いきいき活動センターの2カ所で行います。現在予約受付中です。沢山のご予約お待ちしております。4月からのミュージックミックスのお問い合わせはNPO法人音の風事務局 TEL:075-525-0600まで！

レコードを聴く会



1/22 「ビートルズをレコードで聴いてギターで歌おう！」



1月22日の「ビートルズをレコードで聴いてギターで歌おう！」は大盛況のうちで終了しました。当日は、外が寒く前日の雪も残る中での開催でしたが、会場は大いに盛り上がり熱気に溢れていました！今回はアナログ盤とステレオ盤の聴き比べやビートルズの代表曲「イエローサブマリン」をみんなで手拍子するなど盛りだくさんの内容でした！また、会場にはレコードを聴く会メンバーが多くかけつけ、受付や片づけを一緒に。音楽が結ぶつながり事でした。

レコードを聴く会



2/26 「ピーター、ポール＆メリーを中心にアメリカン・モダンフォークソング！」

2月26日レコードを聴く会「ピーター、ポール＆メリーを中心にアメリカン・モダンフォークソング！」終了いたしました。企画者平さんの「ピーター、ポール＆メリーの豊富な話題とこだわりの選曲に、平さんのピーター、ポール＆メリーの愛がよく伝わってくる時間となりました。ピーター、ポール＆メリーの美しいギターの色と優しい歌声はこの日の春めいた気候にぴったりだったように思います。参加者数名から懐かしいあの時代に還って嬉しかったですとの声をいただきました。好きな音楽があるのって本当に素敵です。そしてレコードを聴く会終了後は平さんのギター演奏を楽しみました。なんと、参加者さんの中に学生時代にピーター、ポール＆メリーのカバーバンドをしていたという女性の方がおられた。さんのギターと女性ボーカルのデュオが生まれ、最後は2人の演奏タイムとなりました♪

岡崎いきいきイベント情報

《2022年度のレコードを聴く会スケジュール》

- 4/23(土) 『A』 AKBからサッチモまで
- 5/28(土) レコードで聴く平成初期のヒット曲
- 6/25(土) 70-80年代カントリーロック女性歌手特集
- 7/23(土) 山口百恵・中森明菜一昭和の輝いたスター歌姫
- 8/27(土) いしんしんじ☆スペシャル

- 9/24(土) お酒のおともにお薦めのジャズ特集
- 10/22(土) サンレモ音楽祭50s-60s
- 11/26(土) Peater, Paul and Maryを聴く会
- 12/24(土) ジャズボーカル
- 1/28(土) ビートルズをレコードで聴いてギターで唄おう！
- 2/25(土) 早春・レコ合戦！
- 3/25(土) メタルマスター

- ・ 先着15名の申込制
- ・ 申し込みはイベントの1ヶ月前から。
- ・ ご参加お待ちしております！