



音楽で元気に！

大人のための

いきいき音楽教室

毎月第2水曜日

10:30~11:15

音楽のリズムに合わせて手拍子、

楽器を使って合奏したり、歌ったり、

音楽を楽しんでいる間に脳と身体を元気にする、療育音楽が注目されています。

今年で4年目になりました。ぜひ一度、お気軽に体験にお越しください。

2021年 4/14・5/12・6/9・7/14・8/4 (第1水)・9/8・10/13・11/10・12/8

2022年 1/12・2/9・3/9



会場：新町東公民館 参加費：500円 (税込み)

基本プログラム

※初回体験無料

体 操	音楽に合わせて身体を動かし筋肉の温和、心身のリラックス 座ってでもできる簡単な全身運動です
合 奏	楽器を使って簡単な合奏し演奏する楽しさを実感します 周りとのコミュニケーション、達成感の獲得
歌 唱	季節の歌などを歌い、心肺機能の強化、回想法を取り入れたりして 認知・記憶力の維持と機能維持につなげます
生演奏	クラシック・演歌・童謡・映画音楽など幅広いジャンルの曲の演奏を 聴いてお楽しみ下さい (リクエストにもお応えします)

スタッフ：秋本和美 小嶋美千子

リクエスト曲をエレクトーンで、童謡に合わせて体操、トーンチャイムで合奏、季節のコンサートなど・・・



- ・参加ご希望の方は準備の都合上、事前にご連絡下さい。日程が変更になることもございます。
- ・水分補給のための飲み物は各自でご持参ください。
- ・感染対策のため、人数制限を行って実施しています。

お問合せ **MusicOfficeAkimoto** Email m.o.akimoto@nifty.com

携帯 **090-3379-9385** 電話 **083-973-1468 (秋本)** ホームページ



いきいき音楽教室の紹介

新町東公民館でのいきいき音楽教室は2018年4月よりスタートしもうすぐ4年目を迎えます。今では約10数名の方が、月に1度の教室を楽しみにして通っていただいています。初回は無料体験レッスンが出来ますので、興味のある方は一度遊びに来てください。毎月来られなくても、2回目からは気が向いた時のみの参加で構いません。欠席の連絡も不要です。都合で「お休みかな?」と思ったら、「忘れていました!」という方もありますが、皆さん声を掛け合って来てくださっています。季節の歌を歌ったり、体操をしたり、音楽に合わせて合奏をしたり、年に3回生演奏のコンサートも行っています。最初は教室が終わっても、お話が弾んで、そのうち時間がある方はお昼までお茶の時間を楽しんで帰られるようになりました。残念な事に、今はコロナウイルスの関係でお菓子はお持ち帰りしていただいています。プログラムの最後はコンサートタイム、エレクトーンやピアノの生演奏でリクエストにもお答えしています。最近では外出を控えたり、運動不足になりがちの方も多そうです。毎月に第2水曜日、10:30から、初回体験は無料ですので、是非一度お越しください。



毎月季節に合わせたプログラムを用意しています。

- ・ トーンチャイムの柔らかい音色で、演奏しながら歌ったりしています。
- ・ リボンやスティック、楽器を使用してリズムを打ったり合奏も行います。
- ・ お配りする歌詞カードには月の行事や出来事を載せ、昔懐かしいお話を聞かせて頂いています。
- ・ コンサートでは箏、バイオリン、フルート、コントラバスなどの演奏を行いました。
- ・ 季節に合わせて簡単な作品づくりも行っています。