

そうそう(操・奏)クラブ



活動概要

会 場： 祇園福祉センター2階(西原1丁目13-26)

活 動 日： 毎週第1・3金曜日 13:00~15:30

参 加 費： 1000円/回

活動内容： 体操と歌(音楽療法)

代表(問い合わせ先)： 上田様(082-877-1681)

現参加人数： 10人

地図



体験無料!

楽しく歌ってみんな元気に!
どなたでも気軽に来てください!
男性の参加者も募集してます。





もっと教えて！

活動のQ&Aコーナー

**Q:活動を始めた
きっかけはなんですか？**

A:一番初めは、歌をうたう楽しさを沢山の
人に知ってほしいという思いから、
よちよちクラブ・障害者等も交えて、
「誰でも集える場」として活動を始めたの
がきっかけです。

Q:活動の雰囲気教えてください



A:歌あり、笑いあり、体操ありの型にとら
われない、和やかで楽しい雰囲気です。
その時期の季節の歌や思い出の歌を交え
ながら和気あいあいとやっています。
その時代の出来事を思い出し、自由に
各々がエピソードを話してくれます。
自然に会話が弾み、あっという間に
時間がたちます。帰るときには、みなさん
笑顔で元気に帰られています。 歌本↓



**Q:活動内容について
詳しく教えてください**

A:主に体操と音楽の活動をしています。
毎回2名の講師(シンガーソングライター
と介護予防体操指導員)の先生が来て、
ピアノ伴奏による音楽療法や体操をして
います。

体操のあとは、茶話会もしています。
コーヒーとお菓子をいただきながら、
一息ついて帰られます。



**Q:世話人と参加者の方から
一言いただきました！**



世話人

一度体験をして、この楽しさを
味わってほしいです。



参加者

積極的に参加させていただき、
運動不足を解消することができ
ています。楽しくおしゃべりもでき
て、毎回涙を流しながら笑わせて
もらっています。

インタビューへのご協力ありがとうございました！