



みなさんは、日々の暮らしの中に

ご近所付き合いや気の合う仲間がいますか？

5年後、10年後に向けて「住みやすい、住んでいてよかった。」と思える、人と人との「つながりのある地域」をめざし、「地域のお宝」として、ご紹介していきます。

取材先

## ウクレレクラブ「チューリップ」



男性2名、女性2名で構成されている「チューリップ」は全員70代、ほぼ同年代のみなさんは様々な地区から集まり、楽しんで活動されています。「ウクレレと一緒に歌い、みんなで楽しむこと」をコンセプトに介護施設やいきいきサロンなどに出向いて、ウクレレの楽しさを伝えていきます。たくさんの方にウクレレの楽しさを伝えるようにとレパートリーは歌謡曲や童謡、季節の歌など誰もが口ずさめる音楽を取り入れ120から130曲ほどに。



「独特のリズムがあり、弾む感じが明るく、楽しい曲調が心地よい」「小振りな楽器なので手に取りやすい」とウクレレの魅力を教えてくださいました。

新しい曲を練習することは新しいことにチャレンジすること。達成できた喜びを感じるのが楽しみになっています。また指をたくさん動かし、コードを瞬時に導き出すことで脳トレにもなっています。



裏面へ



# 地域のお宝発見 ～太田市生活支援体制整備事業～

## ♪ みなさんからお話を聞きました ♪

「ステージに立つことは人に見られること」常に意識し、人前に出る事も大事なことと思い演奏を頑張っています。

「お出掛けして、人と会い、おしゃべりすることはとても大切」人と会うことで身なりを整える、背筋を伸ばす。それが元気と若さの秘訣です。



演奏中、緊張してしまうので是非一緒に歌ってください。いろいろな習い事をする事で

「もっと上手になりたい」と思う

向上心が若さの秘訣。良く動くことが元気の秘訣。

元気と若さの秘訣は



「恋をすること！」



客席にいる方々の事を思いながら演奏するとのこと。お客さんを魅了するような演奏を心掛けています。



歳なんか取ってられません！

みんなで歌ってお互いに元気になりましょう！

一緒に歌う加すること、楽しめることが大切。

たくさん練習を頑こと、参張ることが楽しい。

動いて頭を使って良く寝る事、

みんなで楽しく演奏することが元気の秘訣。



チェックポイント



何度も何度も練習を積み重ねて奏でるハーモニーはとても温かく聴く人の心を穏やかにし、元気にしてくれます。

年齢を重ねても新しいことにチャレンジする気持ちや人に見られることを意識することがいつまでも若々しく元気に過ごしていける秘訣だと思います。

お宝情報を募集中!「私の近所でこんな取り組みをしている」「こんな工夫をして気にかけている」など、あなたの地域のつながりを教えてください。情報をお持ちの方は右記お問い合わせまで!



詳しくはこちら

お問い合わせ

太田市社会福祉協議会 地域福祉係

〒373-0817

群馬県太田市飯塚町1549

TEL 0276-46-6208 FAX 0276-46-6229