太田市社会福祉協議会
広報紙

つながる通信

Vol .337
発行日
2026年10月30日

高齢者が住み慣れた地域で暮らしていくためには、地域の人々と顔の見える関係を築き、お互いに支え合うことが大切です。サークル活動、趣味の仲間、近所付き合いやお茶飲み仲間など、人と人とのつながりは「地域のお宝」であり、楽しく生きるための力になります。
今回は、趣味を通じたつながりについてご紹介します。

沢野地区「スイートピーの会」





会長の寺田美紀子さんは、看護師として堀江病院に勤務していた50代の頃、介護施設へ異動したことをきっかけに「施設の利用者さんに、何か音楽を聴いてもらえないか」と考え、個人でハーモニカを習い始めました。

副会長の根岸あさ代さんとは、夫同士が親しく、二人とも看護師だったことから、以前から交流がありました。

根岸さんの夫が亡くなった後、根岸さんから「何か新しいことを始めたい」と寺田さんに相談したことをきっかけに、17年前に二人でハーモニカサークルを立ち上げました。

会の名前は、お二人とも花が好きだったことから「スイートピーの会」と名付けました。

会は当初5人でスタートしましたが、寺田さんが民生委員や書道の仲間に声を掛けたり、根岸さんがパドル体操の仲間に声を掛けたりすることで、少しずつ仲間が増えていき、11人になりました。活動は、南ふれあいセンターで第1・第2・第3金曜日の午前9時30分から正午まで練習しています。



練習の様子

地域のお宝発見 ～ 太田市生活支援体制整備事業 ～

お茶の間カフェさわので演奏する様子



スイートピーの会では、年間5回ほど、お茶の間カフェやいきいきサロン、幼稚園のクリスマス会などから依頼を受け、演奏を披露しています。演奏する曲は、会場や参加者に合わせて選曲し、ハーモニカだけでなく、踊りや歌が得意な会員が民謡踊りや合唱を披露することもあります。「参加者の人達が喜ぶ顔を見るのが嬉しいです」と話す会員も多く、練習だけでなく、地域の人たちと音楽を楽しむことが、この会の大きな魅力になっています。

★参加者からお話を伺いました★



講師　毘比野　実さん（78）

毘比野さんは、金山町に住み、スイートピーの会で指導するようになってから7年になります。「ハーモニカは、吹くだけでなく吸うことも必要なため、呼吸を意識します。また、舌や唇など様々な部分を使ったり、数字譜を見ながら次の音を考えて演奏するため、介護予防にも効果があります」と話します。



田部井　ヒデ子さん（80）

田部井さんにとって、ハーモニカは小さい頃から親しんできた楽器です。60歳を過ぎた頃「もう一度、ハーモニカを演奏したい」と思い、毛里田行政センターで毘比野さんの指導を受けていました。スイートピーの会が始まったことをきっかけに、会に入会しました。



鈴木　勉さん（75）

退職したことをきっかけに、小学生の頃に楽しんだハーモニカを思い出し、7月からこの会に参加しています。「ハーモニカは、思った以上に吹くのが難しかったが、難しいからこそ頭を使う。家でもYouTubeを見ながら一生懸命練習しています」と話します。

check 寺田さんと根岸さんの親しい関係から始まったこのスイートピーの会は、ハーモニカをきっかけに「外へ出かける」「仲間と一緒に練習する」「地域の人に演奏を届ける」という機会が生まれることで、つながりの輪が少しずつ広がっています。

過去の記事はこちらから

公式インスタグラム

〇お問い合わせ　太田市社会福祉協議会　地域福祉係
〒373-0817　太田市飯塚町1549　TEL　0276-46-6208