

みんなの活動紹介します

金曜歌楽会



活動地区：南麻布

集まりとカラオケを楽しみに

金曜歌楽会は、10年以上前から活動が続いているサロンで、町会の会館を利用して月2~3回金曜の夜に活動をしています。活動内容は茶話会やカラオケの練習で、参加者は主に近隣の3つの町会から集まっています。カラオケの先生も町会の方です。

サロンの名前は、「地域みんなが毎日元気よく、認知症にならないためにカラオケを覚えて歌を楽しく歌いましょう」という想いが由来です。



専用の機器を使い、地震が高層ビルに与える影響を解説

活動を通じたつながりづくり

どの歌を練習するかは毎回みんなで決めています。「選曲は往年のものではなく最新のものにしていくから、良い刺激になる」とのこと。参加者にサロンに参加して良かったことを伺うと、「年に2~3回はカラオケ喫茶に行って歌を披露しています。その際、カラオケ喫茶に来ている人たちとも友だちになれるので嬉しい」とサロンのつながりから新たな出会いができる喜びを話してくれました。また、「カラオケは腹筋を多く使うので、運動になるわ」とも話してくれました。

これからも仲間を増やしながらかつまりとカラオケを楽しみたいと考えている金曜歌楽会。つながりを広げ、より活発な楽しいサロンになってほしいと思いました。



おしゃべりを交えながら、今回の歌についての歌い方を確認

助け合いの工夫と課題

取材した日は、東京都から全戸配布された「東京防災」を用いた防災の話を消防署員から聞きました。

参加者からは「このあたりは地域内のつながりが強いから、消防の訓練をちゃんと行ってるよ。高齢者はあまり集まらないから、忘年会のときに訓練を実施したこともある」と町会での防災の取り組みについて話を伺いました。その反面、「個人情報の壁があり、誰がどうなっているかなどの情報がわからないときがある」という課題についても話題が広がっていました。



まずはみんなで歌います
先生も歌声を披露！