

西 公民館

好評でした！
平成14年度
高齢者教室

高齢者教室では、平成14年度、8回の教室を行いました。

6月27日 健康ツボ体操

田中 邦明先生

7月17日 幸楽生きがい人生

勝田 利夫先生

8月14日 税金のはなし

猪川 尊正先生

9月25日 館外研修 屋島

10月30日

グラウンド・ゴルフ大会

11月20日

高齢者の交通安全

河野 正先生

プラス思考で生き生き人生

村上 朋子先生

12月4日

実技を伴う介護について

亀岡 涼子先生

2月12日 歌って元気に

西原みどり先生

楽しくわかりやすくをモットーに講座を開き、毎回参加者が百人を超えており、大勢の方に喜ばれています。

小川 俊彦先生

2月12日 歌って元気に

▼第1回 健康ツボ体操の様子



では、受講されている高齢者の方の声を聞いてみましょう。

高齢者教室に参加して

新立 田阪 里子

寒さはまだ続きますが、日常のちょっとした瞬間にも春を感じるが多くなりました。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。

2月12日（水）、今日は、高齢者教室の閉校式です。小川俊彦先生のすばらしい歌声で、会が始まりました。「歌って元気に」という学習で、明治から大正時代の小学唱歌や童謡を、参加者全員で合唱しました。歌はあまり得意ではない私ですが、唱歌は皆と一緒に楽しく歌うことができました。「しゃぼん玉」や「浜千鳥」の歌は、子どもころ友達とよく歌っていたことを思い出します。



▲第8回「歌って元気にいきましょー！」

す。小川先生のユーモアたっぷりのご指導のおかげで、歌って元気になったような気がします。最後に「星影のワルツ」を歌ってお別れしました。

高齢者教室第1回「健康ツボ体操」から第8回の「歌って元気に」まで、全教室に参加させてもらいましたが、毎回学習内容はすばらしくて、私たち高齢者には、とても参考になることばかりで、実のある学習ができたと思います。

特に、第7回の「実技を伴う介護について」では、在宅看護、介護が重要になってきた背景、高齢社会の現状、医療形態の変化など、私たちの知らなかったことが多かったように思います。

高齢者が、高齢者を介護しなくてはならない社会になっています。今後も、健康に気をつけて、積極的に学習に参加し、充実した生きがいのある人生を送りたいと思っています。

保育シリーズ

温かくて落ち着きのある保育所です！

宗意原保育所保育士 吉岡正江

色とりどりの草花、木に囲まれた素敵な園庭をぬけると、温かい雰囲気のある宗意原保育所があります。「あれ？でも、とても静か。」子どもが落ち着きなく走り回ったりする姿は見られず、保育士の声もあまり聞こえてきません。賑やかな保育所のイメージとは違っています。

宗意原保育所では、子ども主体の保育を根底にすえて、自立できる子ども、異年齢児保育を通して人とかわる力、自分を表出する力を育てています。

3・4・5歳児を「仲良しグループ」という一つのクラスとし、異年齢で一緒に過ごしています。保育室には製作、ままごと、絵本・ブロックなどのコーナーが整えられ、子どもたちは好きな遊びをじっくりと楽しんでいきます。コーナーで、満足するまで好きな遊びを楽しんだ後は、みんなと一緒に歌ったり、話を聞いたり、一つの課題に向けグループに分かれての活動もしています。

最近の子どもは、人とかわるものが苦手だと言われていますが、異年齢でふれあうことで、思いやりや生きる力を育てたいと思います。

園の中を子ども中心にしたゆったりとした時間が流れ、家庭的な温もりのある保育所。そんな素敵なオアシスが宗意原保育所なのです。



▲家庭的な雰囲気の中で子どもの自主性が育つ宗意原保育所