



Vol.3

明けましておめでとうございませう。
今回ご紹介するのは、郡山市および伊達市でそれぞれ元気に活躍している方々です。

シニアうねめ太鼓クラブ 紅寿組

郡山市

活動内容

○和太鼓の演奏・各種イベントへの出演

全国でも珍しい 「シニア世代」の太鼓クラブ

シニアうねめ太鼓クラブ紅寿組は太鼓が盛んな郡山市で活動する団体で、市主催のシニア太鼓講座を修了した有志により平成19年に結成されました。毎年太鼓好きの仲間が集まり、6年目を迎えた現在のメンバーは47人という大所帯で、初心者や経験者、先輩後輩を問わず、太鼓好きのメンバーが和気あいあいと元気に活動中です。太鼓の演奏は頭と体を同時に使うため非常にハードで、リズムを楽譜から読み取り体得する必要がありますが、メンバーは8割以上が65歳以上で、県内では唯一、全



太鼓の楽譜。これだけの量を頭と体で覚えます。

国的にも珍しいシニア世代の太鼓クラブとして存在感を発揮しています。

「毎年しっかりと事業計画を立てて活動しています」と話すのは、会長のおおかたしよしさん（70歳）。練習ではプロの演奏者を講師に迎



会長のおおかたしよしさん

え、市内外のイベントや福祉施設の

の慰問活動で、研鑽の成果を披露しています。楽しく演奏する姿は多くの人々を魅了しており、ある施設の慰問時には100歳の施設利用者の方が自分も演奏したいと立ち上がり、元気にたたいていたといえます。さらに全国のシニア演奏者や団体が集まる「日本太鼓シニアコンクール」（石川県で開催）にもこれまで三度出演し、特別賞を受賞しています。

健康にもつながる 太鼓への取り組み

和太鼓には、一般的に想像される

「宮太鼓」、ひと際大きな「桶太鼓」、小さく高い音を出す「締太鼓」があり、さらにリズムを刻む役割を担う「鉄筒」があります。楽譜には音符や記号が非常に多く、一曲だけでもかなりの情報量になりますが、本番では楽譜を見ず暗譜で演奏するというから驚きです。通常の練習で足りない場合は、技術向上のために自宅でも楽譜を読み、身近なものを代わりに軽く叩くなどして「自主練習」にも励みます。また、演奏時に腰を入れて踏み込み、大きな声を出すと全身を使うため、体力と健康の維持にもつながっているといえます。



郡山駅前での演奏。（写真右奥：桶太鼓、左奥：鉄筒、前列：宮太鼓）

これからも楽しく調和を大切に

「健康にも良く気分が晴れやかになり、メンバーとのコミュニケーション

も楽しい」と紅寿組の活動の魅力を語る大方さん。現在は紅寿組オリジナル曲を制作中とのことで、これからも多くの仲間との協調を大事にしながら、演奏を披露する機会をより増やして、紅寿組の活動を盛り上げていきたいと意気込んでいます。



長谷川 利治さん
（70歳） 伊達市

活動内容

○音楽・芸能（前飯館村民謡同好会会長・尺八の制作）
○老人クラブ活動（前飯館村前田老人クラブ会長）
○健康づくり活動（パークゴルフ・グラウンドゴルフ）

村の文化振興のために 「民謡同好会」

飯館村で生まれ育った長谷川さんは、農業を営むかたわら相馬民謡と出会い、その魅力に触発され一から指導を受けるようになります。このことが村の文化振興にまい進する人生のきっかけでした。

戦後10年ほどの当時、村には民謡の歌い手はいったものの、その伴奏者がいませんでした。そこでぜひ尺八や太鼓、三味線といった楽器を村民



長谷川さん手作りの尺八。内外に漆を塗り、見事に仕上げています。

長谷川さんが民謡同好会と同様に尽力したのが「飯館村文化協会」の活動です。会長も務め、常に先頭に立つて村の文化を盛り上げました。最も思い出深いと話すのは、平成18年に行われた「いいいてむら立村50周年記念祭」(平成18年)

思い出深い「いいいてむら立村50周年記念祭」(平成18年)

の手で担えるようにしたい…そう思った思いから設立されたのが「飯館村民謡同好会」でした。長谷川さんは特に尺八づくりに力を入れ、専門の講師を招いて講習会を開くなど普及に専念しました。制作した尺八は村民からも大変喜ばれ、尺八づくりの最優秀賞として村から表彰されたこともあり、「村の文化向上を目指し、会長として35年以上続けてきました」と、民謡同好会での熱心な活動の日々を振り返ります。

「仮設に来て体調を崩す人もいる。狭いところに閉じこもってはいけな」と、健康づくりが何よりも大事だと考える長谷川さん。これからの生活でも健康管理に気を付けながら、多くの仲間と様々な活動を続けていきたいと今後を見据えています。

現在、震災による原発事故の影響で避難生活を送る長谷川さんですが、長年の文化振興に関わる経験のほか、平成23年まで10年間、地区の老人クラブ会長を務めたリーダーシップは今も変わりません。健康づくりのために、自らグラウンドゴルフ愛好会を立ち上げて同じ仮設住宅に暮らす多くの方々と定期的に汗を流しています。さらにパークゴルフも行い、指導者としても活躍しています。

今最も大事なのは「健康づくり」

記念祭。合併により村が誕生して50年という節目の年に何か大きなことをやってはどうか？と長谷川さんが提案し、実現した一大イベントです。村のスポーツ広場に約2,500人が集まり壮大なセレモニーが行われ、数多くの文化団体による歌や踊り・演奏のステージが繰り広げられたといいます。民謡同好会も積極的に関わり、メンバーが相馬野馬追の陣羽織を着て出演したほか、会場に大きな櫓を組み立てるなど大いに活躍しました。

高齢者総合相談センターからのお知らせ

2月・3月の相談日のお知らせ

相談種別	相談員	相談日		時間
		2月	3月	
専門相談	年金・保険	社会保険労務士	月 3日	午後1時30分～午後3時30分 ※専門相談は要予約
	法 律	弁護士	火 4日・18日・25日	
	税 金	税理士	水 5日	
一般相談	センター相談員	月曜日～金曜日 ※祝祭日は休み		午前9時～午後5時

相談は**無料**です。来所、電話、手紙、メールでどなたでもご相談ください。

相談・予約先

県社協 いきいき長寿課 高齢者総合相談センター 〒960-8141 福島市渡利字七社宮111 (福島県総合社会福祉センター3階)
TEL (024) 524-2225 メール choju@fukushimakenshakyo.or.jp

認知症コールセンターからのお知らせ

電話相談	月曜日～金曜日 午前10時～午後4時
2月・3月の面接相談	2月13日(木)・28日(金) 3月13日(木)・28日(金) 午後1時～午後4時 ※要予約

相談・予約先

県社協 いきいき長寿課
認知症コールセンター
TEL (024) 522-1122

相談は**無料**です。どなたでもご相談ください。※祝祭日は休み