



仲間と歌い、楽しむことが



元気の秘訣

私は、音楽好きの家庭に生まれ育ち、こどもの頃から歌や音楽が身近にありました。そんな私が猪名川町で合唱を始めたのは、15年前に公民館で開催された「合唱教室」に参加したことがきっかけです。

仲間の声を聴き、息を合わせながら一つの音楽を作り上げる合唱の楽しさを感じ、講座で出会った方々と合唱サークル「あまがえる」を立ち上げました。創設から13年が経ちますが、91歳を迎えた今でも元気に歌続けています。

「あまがえる」は60～90歳代まで幅広いメンバーが集い、良い仲間や先生に恵まれ、毎回楽しく練習しています。合唱は一人で歌うものではなく、声が重なることで生まれる音色の美しさが魅力の一つです。そのため、上手に歌えるよう何度も練習を重ね、家でもたくさん練習しています。

合唱との出会いが人生を豊かに



「あまがえる」の活動で一番楽しいことは、仲間と一緒に舞台に立つことです。緊張しますが、私たちの歌声を楽しんでくださる人の笑顔や拍手に包まれた瞬間は、胸がいっぱいになります。それが何よりの褒美です。先月のいながわまつりでは、「こきりこ節」など計5曲を披露し、大きな達成感を味わいました。

舞台に立つ喜びを仲間とともに

私の長生きの秘訣は、「歌うこと」と「人と話すこと」です。たくさんの曲に触れ、歌うことで肺も鍛えられますが、辛いことや悩んでいる時、歌うこと自然と心が落ち着き、前向きな気持ちになります。歌は心も体も元気になります。歌は心も体も元気になります。また、サークル終わりのおしゃべりも元気の源の一つです。

今の目標は百歳まで元気に生き続けること。健康に気を付けながら活動を続け、これからも年齢に関係なく、みんなで合唱を楽しみ、「あまがえる」の仲間と笑顔で歌い続けていくことができたら幸せです。3月に開催する「公民館フェスティ」にも出演予定です。興味のある人はぜひ見に来てください。

お待ちしております！

【広報いながわ vol.1036 (令和7年12月1日発行)】編集・発行 / 猪名川町 (12,300部発行、1部あたり単価 25.29円)

〒 666-0292 兵庫県川辺郡猪名川町上野字北畠 11-1

☎ 766-0001 (代表) ☎ 766-8902 ※広報誌面内、市外局番がないものは ☎ 072

◆配布に関する問い合わせ (公社) 猪名川町シルバー人材センター

☎ 0120-812-580 (フリーダイヤル) ※9~17時 (土日祝を除く)



△「瞬トキメキ」
掲載希望者募集中