

人が集い、学びあう場所は、 活気があふれる

市民センターは、生涯学習・まちづくりの拠点として市民が「学び」・「集い」・「つながる」ことができる施設。また、市民センターでは、現代的課題や地域課題の解決につながる講座の開催やまちづくり活動の支援のほか子どもから高齢者までの各世代に応じた学級や生きがいづくり、健康増進など、さまざまな講座・講習を開催しています。



学ぶ喜び

一光大学（原市民センター）

健康教室で講師を務めた、山口県東部ヤクルト販売株の吉岡清恵さん

原市民センターが主催する「一光大学」。原公民館（当時）が設立された昭和60年から始まり、今年30年目を迎えます。この一光大学、対象は主に地域の高齢者。月に1回、学習活動や地域との交流を通じ、社会参加を促すことを目的に行われています。講座の内容は多岐にわたります。講座の内容は多岐にわたります。地域の歴史に触れたり、工場見学を行い見聞を広めたりと、座学だけでなく実際に動いての活動もあります。4月13日、この日は今年度初めての一光大学。小雨の中集まったのは、45人の参加者。「久しぶり」、「元気があった」と掛け合う声が聞こえます。今回は山口県東部ヤクルト販売株式会社から管理栄養士の吉岡清恵さんを招き、「健康な人生を過ごすための食生活」と題し、講座を受けました。



3月27日、市と山口県東部ヤクルト販売株は、地域福祉の推進のために協定を結びました。ヤクルト販売では、市内小学校や市民センターなどで健康教室を開催しています。

みで骨折をする人もいます。骨折はその箇所によって、その後寝たきりの生活を送ることにつながりかねません。そうしたことを防ぐため、普段から運動を取り入れてみてほしい」と吉岡さんは話します。

また、運動だけでなく、カルシウムを取り入れるための食事や講座の最後には、健康体操も行われ、参加者の熱心に聴き入る姿が見られました。

市内の各市民センターでは、生涯学習や集いの場の提供のため、センター独自の主催事業を開催。また、市民センター利用者が独自に行うクラブ活動も盛んに行われています。この日も原市民センターでは、「コーラスグループ」「コーロ・コスモス」が活動し、一光大学が終わるとそのままクラブ活動に向かう参加者もいました。

voice 参加者の声

健康の原点は市民センターのコーラスクラブ

普段から原市民センターのコーラスクラブで活動をしています。ここに来れば、一緒にコーラスをする仲間にも会えます。一光大学に参加したのも、原で知り合いの輪を広げるためでした。私にとってコーラスの活動は、日々の健康の原点です。



研本 妙子さん (81)

自分の見識と参加者同士のつながりが広がります

一光大学に参加するようになって、14年が経ちます。普段からなるべく体を動かすようにしていますが、一光大学のような活動は、体を動かすことはもちろん、講座を通して自分の見識を広めたり、参加者同士のつながりができたりなどします。



中田 武さん (81)

つながり、 一つの歌を響かせる

廿日市混声合唱団（宮園市民センター）



地域活動の核となる市民センター。約740団体のクラブが活動しています。



毎週金曜日に宮園市民センターで練習する廿日市混声合唱団。この日は「大地讃頌」や「あの素晴らしい愛をもう一度」などを合唱。曲の合間には隣同士で楽譜の確認をするなど学習に余念がありません。



2月から廿日市混声合唱団で指揮を執る佐伯康則先生。エリザベト音楽大学などで教壇に立ち、現在は広島市などの合唱団で指揮を執っています。「お互いが学び合い、表情豊かに歌うところがいいですね」と廿日市混声合唱団の良さを話してくれました。

響く歌声。宮園市民センターで活動する「廿日市混声合唱団」。平成3年から活動を続け、県のコンクールで入賞を果たすなどの活躍をみせています。「年齢性別を問わず集まり、一つの音楽を作り上げることが合唱の醍醐味です」と代表を務める佐伯哲彦さん。団員は現在39人中には市外から参加する人もいます。

「この合唱団に限らず、市民センターは地域活動の拠点。設備があり、人が集まりやすいことが長い間活動を続けてこれた一つの要因です。」

「歌声は背筋を伸ばし、顔の筋肉や横隔膜を使うことでいい声が生まれるとの先生の指導で、楽しく活動しています。合唱は私たちの心を豊かにし、ストレスの解消、歌う喜び、そして感動を与えてくれます。今年の2月には新たに2人の仲間が加わりました。毎週ここに集まり、団員同士で会話しながら一つの作品を作り上げる。私も入団して生活にいいリズムができました」と笑顔で代表は話します。

合唱に加わるまではまったく音楽の経験が無かったという佐伯代表。テープレコーダーを持ち込み、音や歌詞を覚えるなど新たなことにチャレンジするこ



Interview
廿日市混声合唱団代表
佐伯 哲彦さん (73)

とも楽しかったといえます。また、声の出し方などを教え合いながら進めていくので、初めての人でも問題ないとのこと。

「大事なのはみんなで音楽を楽しむことです」と佐伯代表。

また、今年の2月から新たに佐伯康則さんを指揮者に迎え、5月27日に開催される「廿日市合唱祭」に向けて練習に取り組んでいます。

ユーモアを交えながら指導にあたる佐伯先生。団員たちからは、思わず笑みがあふれます。

「曲を理解し、情景を思い浮かべる。私の出すサインを理解して自信を持って歌ってほしいですね」と佐伯先生。

「自分に合ったパートに分かれ、一つの曲を作り上げることが共有できるのが合唱の面白さです」と話してくれました。

練習後、団員たちの顔からは達成感があふれ、「またね」と声を掛け合いながらそれぞれの帰路に着きました。