

ロクマル合唱団 結成

楽しく歌って心も体も健康に



「ロクマル合唱団」の結成式の時の様子
＝NPO法人ロクマル提供

中高年の人たちが自ら中心になり、「ロクマル合唱団」が結成されるための支援をしてきた。目的は楽しく歌うこと。音楽経験や年齢、性別は問わず、参

加者を募集している。

合唱団の結成は、同NPOが昨年5月から7月にかけて初めて開いた「女性のための学び直し塾」の「ボイストレーニング」で大きな声で想いを伝えよう」という講座の受講者からの要望がきっかけだった。

学び直し塾は50～60代の女性が起業や自己実現につなげるためのもの。大きな声で話し、思いや考えを伝えることで、年齢とともに失いがちな自信を取り戻してもらおうと、ボイストレーニングを盛り込んだ。

講師はテレビ番組のリーダーとしてきた入田直子さん(58)と声楽家の吉野真紀子さん(58)が務めた。2人は

横浜のNPO会員ら 参加者募集

武蔵野音楽大学の同期生で、入田さんがピアノ科、吉野さんが声楽科。他の同期生も含め7人で「WAWAWAフレンズ」というグループをつくり、コンサート活動もしている。

入田さんによると、声を出すことは健康によく、気持ちいい上、顔の筋肉を鍛えて表情も豊かになるといいます。

「合唱は声を合わせる楽しさもあり、暗譜すれば脳にも刺激を与えられる。コンクールを目指すわけではないので、楽譜が読めなくても大丈夫」と参加を呼びかけている。

入田さんと吉野さんを指導者に合唱団をつくることになり、会員にメールマガジンで知らせたところ、男性の参加希望者も出てきた。現在は20人弱のメンバーがいるという。

12日にはNPO法人ロクマルの新年交流会に合わせ結成式も行う。問い合わせはNPO法人ロクマル(045-944-1714)。

練習は基本的に月2回で、水、木、土曜日(いずれかに、みんなのキッチン(横浜市都筑区)で。参加費は平日600円、土曜日1000円(楽譜代は別途)。問い合わせはNPO法人ロクマル(045-944-1714)。

【石塚淳子】

人生の秋
備える、楽しむ