

楽しく歌って健康に！！

～ 黒磯地区婦人会「うたおう会」 ～



黒磯地区婦人会では2019年4月からいきいきふれあいセンターで毎月第2水曜日に「うたおう会」を開催しています。2回目となる5月15日は参加者が46名で、佐藤愛先生の指導のもとみなさん懐かしい童謡を大きな声で楽しく歌っていました。

目黒ケイ子会長は、「これだけの人数が集まる歌の力はすごい。これからの活動を広げていくきっかけになれば。」と話していました。

みなさんますます元気に活動できたらいいですね！！



佐藤愛先生

「歌は副作用のない心の栄養剤」と話されて、詩を理解し心から歌うように心掛けることで脳を刺激し認知症の予防にもなるそうです。

歌で長生きをしてもらえるようにとの思いで地域貢献されています。

