

# 東広島南支部だよ!

## “81才になってからのチャレンジ”

ピンポンYの仲間にあって、若い人達がやっておられるような、活気を感じびっくりしました。昔やっていたことを思い、気軽な気持ちで参加したところ、基礎から習って今までとはまったく違ったピンポンでした。

先生から色々と指導を受け、昔の癖が邪魔をして大変ですが、皆さんに少しでも近づけるよう、楽しみながら、自分の体力を信じつつ頑張りたいと思います。これからも宜しくお願い

(T.Y)



2023 7月31日  
国民平和大行進



西条中央公園前



## 班会 - 楽しくうたおう - の感想

山の歌、昔の歌、海や湖、空の歌など、また、子どもの時、成人の時、いつも楽しく歌っております。

### <7月の曲>

- ・たんぽぽ
- ・月の砂漠
- ・牧場の朝
- ・誰もいないのに
- ・旅人よ
- ・高原列車はいくよ
- ・女のひとり
- ・故郷
- ・琵琶湖周航の歌
- ・船頭さん
- ・岬めぐり
- ・北上夜曲
- ・知床旅情
- ・ブルラストヨコハマ
- ・湯の町エレジー
- ・星の流れ
- ・下町の太陽
- ・さとうきびの畑
- ・浜辺の歌

### <8月の曲>

- ・夏の思い出
- ・螢
- ・山小舎の朝
- ・山寺の和尚さん
- ・山のけむり
- ・あざみの歌
- ・黒百合の花
- ・涙そうそう
- ・遠い世界に
- ・少年時代
- ・私は街の子
- ・星影のワルツ
- ・アカシアの雨が止むとき
- ・星影の小経
- ・とんがりぼうし
- ・長崎の鐘
- ・今日の日はさようなら

## 初体験～ギター伴奏



先日百歳体操で、初めて独りギターをやりました。

結果から言うと40点。まあこんなもんでしょうか!!家で何回も出来ない所を練習するんだけど、気持ちばかり先走って、イマイチ、自信が持てない仕上がりに。それでも練習の時は何となくうまく出来て。結局、疑心暗鬼なまま本番へ!!

ギターの前に体操があるんだけど。体はどうにかまともに動いてるが、頭の中はギターで一杯。

伴奏でつまづきそうだ。コードチェンジで失敗しそうだ。考えだしたら次から次へと不安が重なって、どうにも収まらない。どうやら自分は小心者らしい、度胸がない。

いよいよ歌が始まった。一曲目はいつものタンポポ。何とか上手くいって、これでリズムに乗れるかな? と少しホットする。この曲はいつも演ってるから、弾きやすいのは確か。しかし、2曲目から崩れてしまった。選曲が悪かったのか? 運が悪かったのか? いや単なる技術不足なだけ。歌は始まっている。このまま続けるしかない。

結論: 歌う人達は、相当、歌いづらかっただろうなあと反省しています。すいません。独りギターは初めてだったから、プレッシャーが!! でも終わってみて、ホットすると同時に練習不足を痛感。しかし、苦しい事ばかりではなくて新境地を開いた感覚もあります。

(S.I.)



## ふれあい喫茶

広島大学博物館で見学会 1時間

10月11日(水) 9:45 博物館入口集合

JRバス(中国JRバス) 料金 290円

西条駅南口3番ホーム、広島大学行

○西条駅発9:15 → 広大二神口下車9:29

○西条駅発9:18 → 広大二神口下車9:32

広大二神口バス停から広島大学総合博物館

約270m 徒歩5分位です。



## これからの予定

百歳体操 毎週金曜日 (10~11:30)

9/8 15 22 29 10/6 13



ピンポンA (10~11:30) 第1木曜日 第3木曜日

ピンポンB (13:30~15) //

9/7 21 10/5 19

ピンポンC 第2木曜日 第4木曜日 (13:30~15)

9/14 28 10/12 26

ピンポンY 第1火曜日 第3火曜日 (10~11:30)

9/5 19 10/3 17

囲碁同好会 毎週月曜日 (13~14:30)

9/4 11 25 10/2 16 23 30

折り紙グループ 第3木曜日 (14~16)

9/21 10/19

楽しくうたおう 第3土曜日 (14~16)

9/16 10/21



新聞ちぎり絵 第2火曜日 (13:30~15:30)

9/12 10/10

にこにこマージャン 第3水曜日 (10~11:30)

9/20 10/18

ふれあい喫茶 第2水曜日 (10~11:30)

9/13 10/11

にこにこ健康チェック COOP 東広島

第3火曜日 (14~15) 10/17

※9月は改装のため無し。

ハンドメイド 第4火曜日 (10~11:30)

布ぞうりつくり 9/26 (9~11:30)

## ふれあい喫茶

9月13日(水) 10~11:30



つながりセンター

オーラルフレイル、コープ共立歯科 前田 技工士

口腔機能について学び、「吹き戻し」ピロピロをつかった実習も行います。 実費 250円

## お問合先

つながりセンター TEL (082) 423-5994 東広島南支部(花岡) TEL (082) 425-0905

広島医療生活協同組合健康まちづくりセンター(田中) TEL (082) 879-8124 FAX (082) 879-8182

