

10期校友会だより 第4号

平成30年9月発行

☆第2回全員集会

10月2日(火) 9:30~11:30 パルコ9階 「第15集会室」

高齢化と共に喉の筋肉も弱ってきます。それに伴い誤嚥からくる肺炎になる人が増えています。従って声帯の筋力も衰えてきます。歌うことにより喉の筋力をつけ、お腹から声を出すことは、自立神経の活発運動とストレス発散に効果があります。

10期の皆さん仲間と一緒に楽しく歌いましょう。

昨年同様、歌の指導に高島先生、ピアノ演奏に佐々木先生にお願いして、なつかしい歌を「合唱」でご指導頂くことになりました。

そしてもう一点、自主参加で北協演芸会「合唱」にご参加頂ける方の、追加募集を行いますので、ご協力頂ける方よろしく申し上げます。

曲目は下記の通りです。

- 1、見上げてごらん夜の星を
- 2、今日の日はさようなら
- 3、花は咲く
- 4、明日があるさ
- 5、四季の歌
- 6、365歩のマーチ
- 7、鉄道唱歌

以上の7曲から3~4曲選んで演芸会で歌います。

☆合唱練習日

11月 9日(金) 13:15~14:30 (練習時間 13:30~14:30)

11月20日(火) 13:15~14:30 (練習時間 13:30~14:30) リハーサル

練習場所 老人福祉センター「仲本荘」 浦和駅東口徒歩5分

*シルバーカードまたは保険証持参でお願いします。

☆北協演芸会本番

11月26日(月) 9:30開場・10:00開演

武蔵浦和コミセン(サウスピア)9階多目的ホール