



こんな活動、あんなグループ 楽しきかな、シニアライフ

発足は20年前。和歌山市立和歌山市高等女学校の同窓会「白梅会」の活動の一つとしてコーラスグループが誕生しました。メンバーの最年長は81歳。若い人で60歳代。70歳代が中心です。

和歌山市フェスティバル、県民文化祭に出場しています。12年前には、アメリカとの音楽交流のため全国から選ばれて、ニューヨークのカーネギーホールへ出場したこともあります。

練習は、毎月第2・第4水曜日、県庁前の音楽文化堂3階で行われています。

白梅コーラス



譜面や歌詞を覚えなければならぬので頭の活性化につながり、認知症予防にもなります。

いろいろな情景の歌を感情を込めて歌うということは、別の自分を表現でき、新しい発見があります、そんな喜びもあります。

声を出すということは、酸素を多く吸います。息つきは、短い瞬間に息を吸い、ゆっくりとはいていきます。腹式呼吸になって、健康の源です。



皆さん顔のつやがよく、声が若い。実際の年齢は60代・70代だけれど、歌声を聴くと、とてもその年代には思えません。それに、教室の中がたいへん和やかで楽しい。代表の吉田ケイさん（79才）の頼りがいのある、気さくな人柄と、太田先生の面白トークと、好きなもの同士が集まっている結束力のせいでしょうか。若い人の集まりとはちがうパワーを感じます。



指導の太田一夫さん（75才）は話がお上手。面白く楽しい雰囲気が出て、和やかに歌が歌えます。曲についての説明もリズムや音程、歌の情景はもちろん、歌詞で難しい言葉が使われているところは、噛み砕いてわかりやすく説明してくれるので曲が身近に感じられます。

新しい曲は、まず先生がピアノを弾きながら歌って、曲の感じをつかみます。

まずは発声練習から。「アー」と口を開いて。次は、「ノー」で。そして、「ニー」で声を出します。今度は、前回歌った曲を「アー」で歌います。それから、本格的に練習に入ります。途中で休憩。お茶と甘いもののでのどを潤します。

休憩中の会話の中で記憶に残っている会話があります。「80才らじよのくちよね〜」「100才こんと、老人とちがうわなあ〜」。なるほど、これが白梅コーラスの陽気なパワーの源なのでしょう。

練習日：毎月第2・4水曜日 連絡先
場 所：音楽文化堂 TEL 073-444-4375
TEL：073-422-3562 吉田 ケイ さん