

### 活動団体紹介

# ル・レーブギターアンサンブル



#### ◆いつまでも「夢」を持つことを大切にしたい◆

「ル・レーブ」というグループ名は「夢」という意味のフランス語です。

ル・レーブギターアンサンブルは、平成7年2月に当初3名で結成され、活動を始めて今年で19年目になります。現在は、男性2名・女性7名の9名で元気に活動しています。

#### ◆クラシックギターによる合奏◆

演奏はクラシックギターを使用し、合唱と同じように、ひとつの曲をパートに分かれ合奏します。ル・レーブギターアンサンブルでは、各自が出来るところを演奏しますので、初心者の方でも楽しんでギターを弾くことができます。演奏曲は歌謡曲、クラシック、童謡、映画音楽など多様で、色々な曲と出会えるのも楽しみのひとつです。

#### ◆柴田町でのイベントや仙南地域へ訪問して演奏しています◆



今年9月、北船岡敬老祝賀会での演奏

主な活動としては、柴田町のイベントでの演奏、みちのく合奏連盟の定期演奏会への参加、仙台のグループとの合同コンサートや仙南地域（可能な限りどこへでも）へ訪問し演奏などを行っています。ボランティア活動で介護施設を訪問し、演奏した際、演奏を聴いていただいていた入所者の方が涙を流して喜んでくださったことは、とても印象深い大切な思い出となっています。

#### ◆一緒にギターを楽しみませんか◆

現在「メンバー募集中♪」です！毎週火曜日、午後1時から午後4時30分まで、船迫公民館で、楽しく練習をしています。音楽が好きな方、ギターを始めたいという方どうぞお気軽にお寄り下さい。一緒にギターを楽しみましょう！

(お問い合わせ)ル・レーブギターアンサンブル 代表 安部 節子 ☎55-5202

いよいよ待ちに待った新米の季節がやってきました！先日行われた「しばたコメ祭り」に参加された方もたくさんいらっしゃることでしょ。この時期は美味しいものがたくさん食べられますが、私たちの口に入るまでいろんな方の関わりがあってこそいただけるものです。改めて感謝を込めて「いただきます」と言いたいですね。  
ゆる.ぶらスタッフより

#### (お問合せ先)

■しばたまち交流ひろば ゆる.ぶら (イオンタウン柴田内)  
電話 86-3631 FAX 86-3641  
eメール yurupura@town.shibata.miyagi.jp  
開館時間 10:00~18:00  
<10月の休館日:7日 15日 21日 28日>

■柴田町まちづくり政策課  
電話 54-2111 FAX 55-4172



## 回覧

しばたまち交流ひろば

# ゆる.ぶら倶楽部 10月

2013.10.1 ニュースレター第39号

## ゆめおみたろう 口笛奏者の夢尾見太郎さん

毎月第2日曜日午後1時30分~ゆる.ぶらサロンスペースで口笛コンサートを行っている、口笛奏者の「夢尾見太郎さん」と夢尾さんが先生をしている「みやぎ口笛楽友クラブファルセット」のご紹介です。



口笛奏者の夢尾見太郎さん

#### Q1: 口笛の魅力とは?

好きな曲を自分で吹けることでしょうか。

#### Q2: 口笛の難しいと感じることは?

自分より上手な人の演奏を聴くと難しいなど実感します。

#### Q3: 口笛を通して伝えたいことは?

ズバリ！音楽の楽しさです。

#### Q4: 口笛をやっていて良かったと思うことは?

仲間が集まって顔を見られて、お互い切磋琢磨できます。また知らない曲や懐かしい曲を覚え、一生懸命練習して吹けるように努力するので脳の活性化にもなります。



みやぎ口笛楽友クラブファルセットの皆さん

●練習場所：船迫生涯学習センター ●練習日：毎月第1、3土曜日 10:00~11:30

●会員数：13名(先生含む)

●連絡先：事務局 磯木 電話 54-4585

●その他：口笛に興味のある方、やってみたいという方はお気軽にご連絡ください。

町内会や保育所などのイベントでも演奏しますので、お問い合わせください。

#### ●今後の演奏予定

10/27・11/4みやぎ大菊花展柴田大会、11/10船迫ふるさと文化祭、毎月第2日曜日ゆる.ぶら、その他に保育所や町内会、来年6月とっておきの音楽祭など(開催地仙台、過去2回参加)

### 9月のギャラリー展示の様子

◎【三塚直樹色えんぴつ画作品展】(9月3日～9月16日)



「これ、色えんぴつで描いたの!?すごいね!!」と驚きの声が毎日のように聞こえました。



毎日応対に大忙しの三塚さん(右)



微妙な色合いも36色の色えんぴつで描きます。

三塚直樹さんより・・・  
和やかな雰囲気の中、町内外の多くの方々にご鑑賞いただきました。厚く御礼申し上げます。機会があれば、再度挑戦してみたいと思っています。

◎【草と木の小さい盆栽展】(9月18日～9月23日)



展示中もこまめなお世話を欠かさない高橋さん

高橋秀夫さんより・・・  
一年の中で一番楽しみなのは植替です。次はどんな鉢にしようか、その草木や盆栽に合った鉢をイメージしながら植替するのが楽しいです。  
育てるのに大切なのは光・水・風。  
上を見たらきりがないので、自分のペースで楽しんでいます。



よほど居心地が良いのか、自宅からついてきた虫もいました。



### 「残暑を乗り切ろう!」「食欲の秋!肥満予防」

## 健康café

9月4日、11日に仙台大学スポーツ健康科学研究実践機構主催で「健康café」が行われ、2日間で延べ約60人の方が参加しました。

「残暑を乗り切ろう!」「食欲の秋!肥満予防」をテーマにした健康講話や、お茶を飲みながらの健康相談、簡単な運動、機械を使った健康チェックなどを行いながら、仙台大学の先生や学生の皆さんと健康づくりについて考えました。



カフェスペースでお茶を飲みながら健康相談



後出しジャンケン。速くなると難しい!



その場で足踏み運動。ちょっとずつ前へ進んでしまう?



機械を使った骨密度測定、Inbody測定



健康講話。この日のテーマは「食欲の秋!肥満予防」

血圧を安定させるために・・・

1. 肥満を予防する
2. 適度な運動をおこなう
3. 食生活に注意する  
(塩分を控える、野菜、果物をたくさん食べる)
4. 十分な睡眠をとる
5. お酒を飲みすぎない
6. タバコを吸わない!

要するに  
規則正しい生活をおくる  
ということ!

仙台大学  
スポーツ健康科学実践機構

規則正しい生活をおくるのが大事ですね。