

ふたみん通信



第190号A

2026年1月4日発行



ふれあいプラザあかし西

山元施設長より新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

本年は午年で「明るく活発で行動力に満ちた年」だそうです。ふれあいプラザでは、皆様の「健康づくり」「生きがいづくり」「仲間づくり」のお手伝いを行動力を持って進めてまいりますので、本年もどうぞよろしくお願ひします。



さざなみコンサート

祝☆200回

令和7年12月14日(日)開催

12月は200回記念のため、特別に午前の部と午後の部の豪華二本立てで開催しました！どちらも記念の回にふさわしい、温かく笑顔のあふれるコンサートとなりました♪

午前の部

「ビエントスあかね」
フォルクローレ



「鼓舞」
和太鼓演奏

午後の部



午前の部は「ビエントスあかね」の皆様に南米音楽のフォルクローレをご披露いただきました。お揃いの素敵な民族衣装で登場され、ケーナやサンポーニャ、ボンボといった南米独特の楽器を沢山使い、200回記念のコンサートを華やかに彩って下さいました。皆で歌う場面もあり、会場が一つになって楽しみました。

午後の部は「鼓舞（こまい）」のお二人による和太鼓演奏でした。ひときわ目立つ大きなやぐら太鼓の他、桶太鼓や締め太鼓、銅鑼や笛など数種類の楽器を組み合わせながら演奏して下さいました。太鼓の音は体と心に深く響き、他の楽器の音色とも融合してお二人の奏でる音楽の世界観に魅了されました。

✿✿皆さまからのお声✿✿

- ・さざなみの調べにも似たいい演奏でした。
- ・みんなで歌えたので楽しかった。衣装も素敵でした。



✿✿皆さまからのお声✿✿

- ・迫力ある演奏、体に響き渡り感動しました。
- ・大太鼓の音が心に響き、涙が出そうでした。

200回記念のメッセージを記入して下さった皆様、ありがとうございました！皆様のおかげで、枯れ木がメッセージの花で満開になりました♪



今後のさざなみコンサート

★令和8年1月18(日)11:00～
「大正琴あかね」による大正琴演奏



キャンセル
待ち

1月20日(火)
9時から受付開始！

★令和8年2月15日(日)11:00～
「ハーモニカきらら」によるハーモニカ演奏



ふたみん通信

第190号B
2026年1月4日発行
ふれあいプラザあかし西



いちおし！2月のボランティア体験教室

「盆踊りと帯結びを体験しませんか？～朝霧音頭体験～」

◆日 時 令和8年2月13日（金）14時～15時

◆対 象 どなたでも ◆定 員 15人

◆1月5日（月）9時から受付開始です♪



楽しく体験しながら
ボランティア活動に
ついて知っていただく
教室です（＾＾）
参加はお気軽に♪

子育て支援センターあかし西

R7年12月12日（金）開催

サンタがやってきた！



クリスマス会の日。
ハンドベルの演奏や人形劇を楽しんでいた
ところに、突然現れたサンタさん！



素敵なプレゼント
をありがとう。
来年も待っている
からね♪

R7年12月20日（土）開催

男性料理教室

ローストチキン
で楽しくクリス
マス♪

クリスマスが近いということで、ロースト
チキンやケーキを作りましたよ♪



オーブンでこんがり
焼きあがったロースト
チキン♪



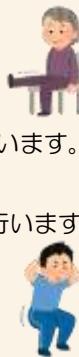
料理も洗い物も段取り
上手で素晴らしいですね♪



『スマイル体操教室』年間登録募集！

令和8年度スマイル体操教室の年間登録募集を
開始します！年齢及び体力別でクラスが分かれ
おり、自分に合った運動をすることができます。

- ・**プラチナクラス**…おおむね80歳以上
椅子に座って安全に体を動かします。
- ・**ゴールドクラス**…おおむね79歳まで
椅子に座った運動を中心に、立位の運動も行います。
- ・**シルバークラス**…おおむね74歳まで
椅子やマットを使い、立位でバランス運動も行います。
- ・**ブロンズクラス**…おおむね64歳まで
主に立位での運動で、マットを使い筋トレ・
ヨガなどを行います。



★受付は往復ハガキのみ（郵送または来館にて受付）

★1月6日(火)～2月6日(金) ※消印有効

詳しくは受付または情報ひろばにある用紙を
ご覧ください。お申込みお待ちしております♪

今月のふたみんぬいえ



今年は午年！2026年もウマいこと
馬力全開で駆け抜けるぞ～！ヒヒ～ン



Instagram



YouTube



HP



LINE