

ハーモニカクラブ

毎週火曜日の放課後、15時15分～16時45分
楽しいハーモニカ練習の時間です。

講師は関東ハーモニカ連盟の月井昇一先生。
時には厳しく、時には冗談を交えながらのレッスンは、アツという間に過ぎてしまいます。現在部員数は一年生10名、二年生10名で殆どが初心者です。ハーモニカの穴と数字譜（ハーモニカ用楽譜）とのにらめっこをスタートに、音階練習を繰り返し短期間でメロディーが奏でられようになります。入部3～4ヶ月目から、月2～3回の演奏ボランティア活動に参加、主にサービス付き高齢者向け住宅やディサービスセンター等で入所者様や利用者様達と幅広い楽曲を演奏、合唱しながら楽しく触れ合っています。施設からのリピート依頼も多く部員のモチベーションも益々アップしていきます。



ハーモニカは吹く、吸うだけで音の出る単純な楽器ですが奏法で深みが増し、ポケットの中のオーケストラと言われるくらい音の豊かな楽器です。奏法の向上は無限で、舌の動き、唇の動き（形）、息の強さを訓練することで重厚な独奏を可能にします。認知症予防や肺機能向上にも効果的ともいわれています。皆さんもこの素敵なハーモニカを趣味にして、健康寿命を延ばしませんか。（鯨坂 記）

画像集

特別養護老人ホームでの
ボランティア風景





デイサービスセンターでの
民話語り部クラブとのコラボレー
ションボランティア風景

