

2025年4月スタート!!

入職日相談OK

大山田こども園

オープニングスタッフ 保育士募集

電話:0595-65-0271 ※9:00~17:00(土日祝除く)

## 夢は、得意な民謡でNHKのど自慢に挑戦!

特別養護老人ホームグランツァ(グランツァ)で暮らす宮丸光一さんには、本格的な発声と節回しで民謡を歌いこなす特技があります。自慢の歌は故郷、飛騨高山に伝わる「高山音頭」。夢はNHKのど自慢に出演することです。この夏から、グランツァの各ユニット(\*)で行う「出張民謡ショー」で自慢の喉を披露し、暮らす人々への潤い作りにも一役買っています。



豊かな自然に囲まれた岐阜県北部、冬の寒さが厳しい飛騨高山地方で育った宮丸さんは、近所でも声量が豊かな青年として有名でした。20歳の頃、小さい頃からよく知るお隣のおばさんに誘われて民謡の先生に師事。30歳まで毎週月曜日に約2時間の練習を積み、歌唱力を身に付けてきました。

その甲斐あって、地元の盆踊りでは毎年やぐらに登り、今でも飛騨高山地方で広く歌い、踊られている「高山音頭(高山おどり)」と「飛騨やんさ」を披露。その歌いっぷりは近所でも有名でした。

また、毎年開催される発表会で練習の成果を披露するほか、民謡の全国大会岐阜県予選では一次予選を見事突破。惜しくも二次予選で落選となり本大会出場は叶いませんでしたが、多くのお客さんの前で歌うステージは自信となりました。

現在の持ち歌は約30曲。伝統文化として地域に根付いている民謡を始め、「ソーラン節」「炭坑節」「鹿児島おはら節」など広く馴染まれている民謡もレパートリーの一つです。



さて、グランツァでは、この夏から10人ずつが暮らす6つのユニット(\*)に宮丸さんの「出張民謡ショー」を行っています。郷土色豊かで日常生活に由来する民謡は、それぞれが持つ思い出とともに聴く人の心に響き、住まう人の暮らしの潤い作りに一役買っています。



夢は、NHKのど自慢に挑戦すること。歌は、もちろん高山音頭です!



特別養護老人ホームグランツァ

名張市美旗中村1417番地2 TEL:0595-67-0123 メール: glanza@n-ikuseien.jp

(\*)ユニット:10人ずつ暮らす生活ゾーン。6ユニットで、全60人が暮らしています。

名張育成会グランツァ 検索

# 名張育成会の活動、ひとつずつ!

各施設の様子をお伝えする「MiRAiレポートブログ」から  
選り抜きの話題をご紹介します。

はてなブログ MiRAiレポート 検索

生活介護(とも)

## 楽しい旅行に行ってきました。



ランド」に行ってきました。

レゴランドのカラフルな玄関ゲートに到着。いやがおうにもワクワク感が募ります。玄関を抜けると、巨大な恐竜のレゴブロックがお出迎え。すげー、迫力満点や(@\_@) いったい何個のレゴブロック使ってるのかいな(;^ω^ で、いよいよお待ちかねのアトラクションにトライ!!この日は、上々のお天気に恵まれ最高のレゴランド日和でした。あー、楽しかった!

ともでは毎年秋の恒例行事として、利用者の嗜好に沿った2コースに分かれて旅行を実施しています。今年もその第1弾、行動派向けの「あくていぶコース」と称して、利用者13人、職員7人の計20人で、レゴブロックのテーマパーク「レゴ

ワークプレイス菜

## “まちわびて”



待ちに待った、みんなで日帰り旅行!まずは腹ごしらえという事で、三重県津市にある農場レストラン「風にふかれて」におじゃましました。お腹もいっぱいになったところで、直ぐ近くにある「MieMu(みえむ)三重県総合博物館」に行き展示物を見学しました。企画した職員が想定していた以上に喜んでくれました!

一日、「食べて」「観て」「買物」をみんな、楽しんでもらえて本当によかったー(\*^。^\*)

〈ゆうら〉放課後等デイサービス

## 地域とつながる~その2~



いずれ子どもたちが大人の手を離れ、子ども同士でお祭りに行くことも視野に入れながら、子どもたちの姿を見守りました。そして何より、江戸時代から400年余りの伝統を持つ上野天神祭りを見て、子どもたちも心を動かされる経験となったのではないのかなと思っています。地域とつながり、様々な文化に触れる、そんな経験を重ねながら、子どもたちの感性を育てていきたいと思います。

今回は高学年を対象にして、2日間「上野天神祭り」に行きました。お家の方から、おこづかいも持たせていただきました。「屋台で何を買おうかと、行く前から楽しみにしていた子。」「魅力的な屋台の誘惑にも負けず、貯金をするとする堅実的な子。」「誘惑に負けっぱなしで、屋台をはしごする子。」「お友達が買うものを見て、同じものが欲しくなる子。」「色んな姿がみられました。

今月紹介した記事はすべて、「MiRAiレポートブログ」に詳しく掲載しています。ぜひご覧ください。



▲ブログはコチラ

# 民謡を唄ってみよう!手拍子を打ってみよう!

民謡は健康の源です。あなたの心に宿っている風景を思い起こし、手拍子を取りながらちょっと唄ってみませんか?宮丸光一さんのレパートリーから【ソーラン節】を紹介します。

(出典:「ニッポンのみんなよう」より)

エンヤーレン ソーラン ソーラン ソーラン ソーラン ソーラン  
(ハイハイ)

沖のカモメに潮時間えば(にしん来たかとカモメに聞えば)

わたしゃたつ鳥 波に聞けチョイ  
ヤサエ エンヤンサーノ ドッコイショ  
(ハアー ドッコイショ ドッコイショ)



※歌詞は伝承で色々あるようです。



民謡の歌い方 (一例)

鼻から息を吸ってお腹を膨らませ、お腹に力を込めて声を出す腹式呼吸で唄います。

手拍子の打ち方 (一例)

手拍子も大切な楽器の一つ。①と②、それぞれ間を取って歌い手のリズムに合わせるのがコツです!

- ①左手は動かさずに右手で八の字を書くように左手のひらを叩く
- ②手をすり合わせて、右手を時計回りする



▲詳しい内容が見れます。

