

はい！ポーズ😊

5月生まれのみんな
お誕生日おめでとう。



まつい みつき
松井 光希くん H17.5.4生
いっぱいご飯食べてどんどん大きくなってね。光希の笑顔はパパとママの宝物だよ！お誕生日おめでとう。
笠置町姫栗南
満数さん・知実さん



にしお みみ
西尾 美海ちゃん H17.5.6生
いたずら大好きで元気いっぱい。美海ちゃん。砂遊びに興味深々！これからたくさんパパとママと一緒に思い出を作っていこうね。
長島町中野寿町
隼人さん・千代恵さん



こんどう
近藤 るいちゃん H17.5.6生
4人きょうだいの末っ子。いつも元気で大あばれ！年の離れたお兄ちゃん、お姉ちゃんたちと一緒に遊べるようになるといいね。
中野方町5区
昌八さん・まゆみさん



にしむら よしひろ
西村 吉洋くん H17.5.7生
いつもニコニコ笑顔のよし君。大好きなお兄ちゃんたちと仲良く元気に育ってね。
岩村町富田七区
寿仁さん・千賀子さん

6月に1歳の誕生日を迎えるお子さんの写真を募集します。写真(なるべく1人で写っているもの。裏に氏名をご記入ください)に住所(自治会)氏名、生年月日、性別、電話番号、両親の氏名と簡単なコメントを添えて、5月12日(金)までに申し込みください。申し込み多数の場合は先着順(定員10人)により掲載します。
申し込み・問い合わせ 〒509-7292 市役所まちづくり推進課広報広聴係

明知鉄道沿線ウォーキング

『野みち里みち+ ウォーク』をキャッチフレーズに明知鉄道の沿線を四季折々の自然を眺めながら、一緒に歩いてみませんか？



- 参加料 なし(交通費別途必要)
 集合時間 恵那駅発9時17分を基本に、下り線の各駅到着時間を集合時間とします。詳しくは下記へお問い合わせください。
 所要距離 6キロ~10キロ
 時間 2~3時間
 持ち物 弁当、水筒、雨具など
 問い合わせ ゆーす・れくサークル☎0573-65-3534(赤尾袈夫)

開催日	コース	経由地
5月25日(木)	岩村-阿木	阿木長楽寺
6月22日(木)	東野-阿木	阿木川ダム
7月20日(木)	恵那-飯沼	保古水路
8月24日(木)	岩村-山岡	土佐屋
9月21日(木)	阿木-飯沼	中の島公園
10月19日(木)	飯羽間-岩村	岩村歴史資料館
11月16日(木)	野志-明智	大正ロマン館
12月14日(木)	岩村-花白	飯高観音



みんなで歌って楽しく健康づくり
音楽療法士

まえ だ よう こ
前田 詳子 さん

明智町大田上田・67歳

近年、病氣治療の場や健康維持回復を目的とした福祉施設などで、その効果が報告されている音楽療法。県の行う2年間の研修を受け、県認定の音楽療法士として市内の福祉施設などで積極的に活動を続ける前田詳子さん。

音楽療法との出会いは、平成12年に県民健康増進運動の一環で行われた、健康法実践リーダー講座に参加したこと。その中に音楽療法士による講座があり、音楽を楽しむことが、健康維持に役立つことを知った。

「趣味で現在も指導を続ける大正琴の経験や、長年勤めた保育士としての経験など、音楽の経験が療法として生かせる。まずは自分の健康増進のために始めてみよう」と思い立ち、県内各所で開催された2年間の研修に参加。音楽の知識や技術、福祉、医療など幅広い分野を学び、県の認定を得た。

前田さんの活動は主に高齢者を対象とした講座を地区公民館や福祉施設などで実施している。「青い山脈、ああ人生に涙ありなど懐かしの曲を歌う声や笑い声、ハンドベルやトーンチャイムのきれいな音色が会場に広がるんです」と笑顔。その背景には、歌を歌うこと、指や体を動かすことで血流を良くしたり、末梢神経



音楽の力で健康に



公民館講座で音楽療法の指導をする前田さん☺

を刺激したりして認知症を予防し、老化の進行を遅らせることができるという療法としての根拠がある。

「まだまだ活動は試行錯誤の状態。市内には音楽療法士の数も少ないので、これからの人材育成も課題。レクリエーションで終わらないよう、今後も県の行う研修に積極的に参加し、療法を意識した活動をしたい」と抱負を語る。

「音楽の持つすばらしい力を大いに活用し、皆さんと一緒に毎日を健康に過ごしたい」と、一緒に楽しみながら療法を進めることを常に心掛けていると言う前田さん。これからも多くの人たちの歌声や笑顔に出会うための活動は続く。