



コミュニティわかつき

8月の活動報告

音楽療法で脳の活性化

8月20日(月)、若槻コミュニティセンターで音楽療法による「脳の活性化講座」行われ、約30名が参加しました。

長野音楽療法研究所の室川裕子先生の指導により、大きな声で懐メロを歌ったり、楽器を使って演奏しました。

先生は五感(視覚・聴覚・触覚・味覚・臭覚)を鍛えることで脳に良い刺激を与えると話されました。

次回は1月22日(火)の予定です。皆さんも一緒に脳を鍛えましょう。



脳に刺激を与えて若返り

秋野菜の栽培講座



8月22日(水)、若槻コミュニティセンターで秋野菜の栽培講座が開催され、約20名が参加しました。

JA長野の営農技術員 田中浩介さんから秋野菜の栽培方法を学び、病気と農薬、肥料の配分、連作予防などポイントを教えていただきました。

受講者は真剣に聞きメモを取り、早速実践してみよう、採れていないのに今から秋の収穫を楽しみにしていました。

「子ども達を育てる」人権研修会

8月29日(水)、若槻コミュニティセンターで人権研修会「子ども達の人権を考えよう」のテーマで北部中学校長 江村智晴先生が講演され、約50名が参加しました。

講演の前段では、グループごとに端っこのないジグソーパズルをやりましたが、皆さん組み立てるのに苦戦。ピースを合わせると、ぴったりくっつく物、無理矢理くっ付かせた物、全然合わない物と先生はピースを子ども達に例えていたようです。

人はみな個性がある中で社会ルールを学びながら、理想と現実の矛盾を抱えながら心のバランスを図ろうとしています。誤った方向に行かないよう家族や地域が守っていくことが大切な絆となっていくます。

