

大阪狭山市市民公益活動 促進補助金

令和4年度「事業報告」

NPO団体 グローバル・スクール

令和5年4月16日 鋸木大治

事業報告書

1. 事業名 高齢者の歌声広場2. 事業実施期間 令和4年4月1日～令和5年3月31日3. 事業実施場所 市立コミュニティセンター4. 参加者人数 ◎主催者 96 人 ・◎一般 501 人

5. 協力・連携等行った団体

団体名	大阪狭山市、大阪狭山市社会福祉協議会、コミュニティ
協力・連携等 内容	さやま広報、福祉協議会だより、コミュニティに掲載

6. 事業の成果

高齢者を対象にした事業の為、コロナ禍で施設は休館になるなど、年間 1,000 人近く参加されていましたが、参加者が 3 割位になったので、政府の補助金を活用して、事業を継続していましたが、令和 4 年から政府の補助金が出なくなったので、大阪狭山市の補助金を活用して、事業の継続を決めました。参加者も非常に喜んでくれ、新規の参加者も 14 名の参加を頂き、結果は令和 4 年の収入は 5 割に回復しました。

7. 事業の経過及び内容

コロナ禍で長期間 外出規制などで、心身共に疲弊した高齢者に”歌の力”で心身共に健康になっていただく為に音楽療法を活用し、高齢者に元気になっていただいた。事業の内容はプロジェクターを使いスクリーンに映し出された、歌詞を見ながら、ピアノの生伴奏で「文化庁選定日本の歌百選 7 曲、昭和・平成の歌謡曲 7 曲、抒情歌 6 曲の名曲」を毎回 20 曲、「さやかホール」のコンサートの雰囲気に参加者全員が一緒に楽しく歌っています。添付のグローバル通信を毎回作成して、解説付きプログラムと連絡情報等を掲載しています。また、プロジェクターの歌詞も毎回の 20 曲作成していますので一回分のパワーポイントの歌詞を添付します。

8. 企画段階から準備、実施までに発生した課題・問題点など

高齢者を対象にした事業の為、体力が年々弱ってきますので、本人は「歌声広場」に参加したくても、送迎の手段が難しくなり、コロナ禍前に参加していたメンバーも自然に来なくなり、参加者を増やすことが、年々厳しくなってきたので、「80 歳からの歌声広場」をスタートしたところ、20 名位の問い合わせがありましたが、実際に参加した人は 10 人程度でした。SNS 使い毎回 Facebook に載せていますが、高齢者が対象なので、コミュニティのローカル紙の方が、効果はありました。

収入台帳 2022年度

(令和4年4月1日～令和5年3月31日)

	参加人数	新入会者数	参加者合計	収入金額
4月9日	14	6	20	¥20,000
4月23日	19		19	¥19,000
5月14日	16	3	19	¥19,000
5月28日	22	2	24	¥24,000
6月11日	22		22	¥22,000
6月25日	18		18	¥18,000
7月9日	18	1	19	¥19,000
7月23日	21		21	¥21,000
8月13日	14		14	¥14,000
8月27日	18		18	¥18,000
9月10日	22		22	¥22,000
9月24日	23		23	¥23,000
10月8日	19		19	¥19,000
10月22日	21		21	¥21,000
11月12日	23		23	¥23,000
11月26日	19		19	¥19,000
12月10日	21		21	¥21,000
12月24日	18		18	¥18,000
1月14日	22		22	¥22,000
1月28日	21	1	22	¥22,000
2月11日	31		31	¥31,000
2月25日	18		18	¥18,000
3月11日	23		23	¥23,000
3月25日	24	1	25	¥25,000
合計	487	14	501	¥501,000





グローバル通信

シニアの歌声広場 <https://koreisyautagoe.seesaa.net/>

3月25日に歌う曲

～日本と世界の抒情歌&日本の歌百選～



♪ さくらさくら A-8	♪ 絵日傘 C-2
♪ 雨降りお月さん A-2	♪ 森へ行きましょう C-22
♪ 春が来た A-15	♪ 野ばら(シューベルト) C-19
♪ 川の流れるように A-6	♪ 証城寺の狸囃子 C-17
♪ 帰れソレントへ C-2	♪ あざみの歌 C-7

～心に残る思い出の歌謡曲&日本の歌百選～

♪ 丘を越えて B-9	♪ 君といつまでも B-34
♪ 二人でお酒を B-28	♪ 上海帰りのリル B-23
♪ 東京の人 B-37	♪ 大きな古時計 A-4
♪ 喜びも悲しみの幾年月 B-47	♪ 旅愁 A-17
♪ お月さん今晚わ B-36	♪ 椰子の実 A-17

大人も楽しい！無料で行けるNHK大阪の見学

楽しみながらテレビの仕組みが学べる施設

関西を舞台にした番組約300本が視聴できる他、キャスターになりきれるスタジオがあるなど、見どころ満載

会社名	NHK大阪放送局BKプラザ	
所在地	大阪府大阪市中央区大手前4-1-20	
営業時間	個人見学 10:00～18:00	
定休日	火曜、年末年始(12月29日～1月3日)	
見学科	無料	予約 不要
アクセス	地下鉄谷町線・中央線 谷町四丁目 徒歩3分	
問合せ先	06-6937-6020	



腰痛に効果のある”腹式呼吸” 長岡隆志著「20秒でねこ背を治す」

腰痛は姿勢の悪さから起こることが多いため、腹式呼吸で腹横筋を整えることが非常に重要

①

背もたれにもたれず、両手をおなかに当ててます

②

鼻から大きく息を吸います(図1) おなかが大きく膨らみように呼吸

③

十秒以上かけて、口から息を吐きます(図2) おなかへこむように呼吸) 出来るだけ、細く長く息を吐きます

【10回程度】

☆丘を越えて

「丘を越えて」は古賀政男の青春のものであり、歌手藤山一郎の人気を決定付けた。もとは、「ピクニック」という明治大学マンドリン倶楽部のマンドリン合奏曲として作曲され、それに島田芳文が詞をつけたものが「丘を越えて」である。歌唱を担当した藤山一郎は、豊かな声量と正確無比な確実な歌唱で古賀政男の青春を高らかに歌い上げている。

☆二人でお酒を

昭和49年のオリコン年間ヒットチャートで第18位にランクインした大ヒット曲。大人の恋愛模様を描いた楽曲で、本作のヒットにより梓自身も清純派からのイメージ転換に成功した、と評価されることがある。年末の賞レースでは、『第5回日本歌謡大賞』で放送音楽賞を、『第16回輝日本レコード大賞』で大衆賞をそれぞれ受賞。

☆東京の人

川端康成の同名小説をモチーフにした歌で、昭和31年のヒット曲。銀座や日比谷が今も都会的な場所であることに変わりはありませんが、歌謡曲に歌われることはほとんどなくなりました。隅田川下流の両岸は、長い間、都会的というよりは、江戸情緒で知られる場所でしたが、昭和50年代以降整備が進んで、高層マンションなどが建ち並び、遊歩道が造られ、ちよっとしやれた場所になってきました。

☆君といつまでも

加山 雄三は、日本の俳優、シンガーソングライター、タレント、作曲家、ギタリスト、ピアニスト、画家。神奈川県横浜市出身(育ちは茅ヶ崎市)。ソングライターとしてのペンネームは、加山が尊敬している團伊玖磨と山田耕筰を足して2で割った弾厚作であり、「君といつまでも」は300万枚を超える大ヒットになり、その中の歌詞「幸せだなあ」が流行語になった。昭和41年の第8回日本レコード大賞の特別賞となった。

☆お月さん今晚わ

昭和32年のヒット曲。藤島桓夫は大阪出身で、鼻から頭の先に抜けるような独特の高音と渋みのある低音を織り交ぜた歌唱、粋なマドロス姿や着流し姿で多くのファンに愛された。その藤島が初めて歌ったふるさと演歌がこの『お月さん今晚わ』で、大ヒットとなりました。平成6年1月10日に倒れ、2月1日、高血圧性脳出血のため死去。同年、勲四等瑞宝章追贈。

☆喜びも悲しみの幾年月

昭和32年に制作された映画は、実在の灯台守の妻・田中キヨの手記に基づいて作られたものです。灯台守の夫婦を佐田啓二と高峰秀子が演じました。夫婦は、昭和7年の神奈川県観音崎灯台から始まって、北海道から九州まで各地の灯台を転動して回ります。その間に家族が味わった哀歓や同僚たちとの交流がテーマになっています。

☆森へ行きましょう

昭和30年にワルシャワで開かれた世界青年平和友好祭の参加者が持ち帰り、うたごえ運動などを通じて全国に広がりました。参加者の1人で、九大生だった荒谷俊治が採譜し、同じく参加者だった東大音感合唱団のメンバーが帰国後に歌詞をつけたとされています。わが国では、うたごえ運動や歌声喫茶が衰退した昭和40年代以降は、あまり歌われなくなりましたが、本家のポーランドでは、今でも、若者たちの集まりでお酒が入ると、必ずといっていいほど出る歌だそうです。

☆帰れソレントへ

ソレントはイタリア民謡”Torna a Surriento”でイタリア南部、ナポリ湾とサレルノ湾を分ける半島上に発達した町で、高さ50mの断崖からの眺めが売り物です。この歌は、ジャムパチスタ・デ・クルティス(1875～1937)が1904年に、地元のホテルのオーナーに頼まれて作った、いわばCMソングです。兄の詞に弟エルネストが曲をつけました。

☆証城寺の狸囃子

大正13年「金の星」12月号に詩が発表され、翌年1月号に曲が発表された。中山晋平は雨情の補筆を望んだが、蒙古への長旅に出て留守であったため、事後承諾をとることにし、詩の一部を繰り返すなど、リズムを強調する形に改作し作曲した。だれもがタヌキが踊る楽しい情景を思い浮かべるが、どこにも「タヌキ」という言葉は出てこない

☆野ばら(シューベルト)

明治42年発行「女声唱歌」に発表された。原曲は合唱曲として書かれ、1829年に出版された。詩はゲーテの作であるが、この詩についた曲は121曲といわれ、現存している楽譜でも94曲ある。シューベルトやシューマン(合唱曲)などの作品が有名である。

☆あざみの歌

昭和21年からはじまったNHKの番組「ラジオ歌謡」から放送された。昭和24年7月に放送された八洲秀章作曲の「さくら貝の歌」が好評だったので、それをうけて8月に放送された。詩は昭和20年に復員してきた当時18歳の横井弘が、野に咲くあざみに、思い抱く女性の姿、をだぶらせて書いたといわれる。



支えあう、社会福祉のまちづくり /

高齢者憩いの歌声広場

ピアノの生伴奏で文化庁選定の「日本の歌百選」と昭和、平成に流行した歌謡曲、抒情歌の名曲を 発声練習からスタートし、自分の声帯に合わせて全員で楽しく歌います



日時 : 毎月 第2, 第4 土曜日 10時~12時
会場 : 市立コミュニティセンター 音楽室
定員 : 欠員のみ募集
入場料 : ¥1,000/1回 入会金 ¥1,000/初回
参加資格 : どなたでも
問い合わせ : Tel 090-7880-4493 Fax 072-365-7115

主催 : NPO団体 グローバル・スクール
協力 : 大阪狭山市ボランティアセンター

令和4年度大阪狭山市市民公益活動促進補助事業

80歳からの歌声広場

コロナ禍で疲弊した高齢者の孤立・孤独を歌の力でサポートします。

とき 14日(土)・28日(土)午前10時～午後0時 ところ 市立コミュニティセンター・音楽室 対象 市内に住んでいるおおむね80歳以上の人 内容 ピアノの生演奏に合わせてスクリーンを見な

がら、日本の歌百選、昭和の歌謡曲と抒情歌などを楽しく歌う
参加費、1回1000円 定員
いづれも10人(先着順) 申し込み 電話またはファクシミリで
グローバル・スクール(鍛木のき)
FAX 36517115
問い合わせ ボランティアセン
ター ☎ 36716601

80歳からの歌声ひろば

狭山のコミセン 歌で孤独化をサポート



楽しく歌うことで高齢者の孤立・孤独をサポートしたい」と活動する「80歳からの歌声広場」。主催は、鍛木大治さん(77歳・山本北)。懐かしの歌謡曲や抒情歌を、生ピアノの伴奏に合わせて、参加者全員で歌う。誰でも気軽に歌えるよう、椅子に座ったまま、前方のスクリーンに映し出される歌詞や、配布される冊子を見ながら歌えるのも特徴だ。コロナ禍にあっても、会場の大阪狭山コミュニティセンターが開館している限り活動を続けてきた。参加者が少ない時も、「高齢者の人の孤独を少しでも軽減できるよう、家を出て人と触れ合いが持てる場を作りたい」との思いを貫いてきた。取材日は、「南国土佐を後にして」「赤い靴」「恋のバカンス」「雪の降る町を」など、20曲を歌唱。司会の中村さつきさんの楽しいトークに、どつと笑いがおきるなど、とても楽しい雰囲気だ。休憩時間には、中村さんとピアノの湯浅真由美さんによる、南京玉すだれも披露され、会場は笑い声と拍手に包まれた。「ここに来て歌うと気持ちがスッキリする」「暗い気持ちだったが、元気になった」と参加者。高齢者が参加しやすいよう「80歳からの」と冠しているが、何歳からでも参加OK。毎月、第2・第4土曜、10時～12時。大阪狭山コミュニティセンター3階音楽室で。参加費は1回千円。問い合わせは鍛木さん ☎ 090・7880・4493 (山本こ)



表彰状

NPO 団体 グローバル・スクール 様

貴団体は長年にわたりボランティア
活動を通じて社会福祉の増進に
貢献されその功績はまことに顕著
でありますので表彰します

令和3年11月25日

大阪府知事 吉村 洋文



♪ みんなで歌おう♪

楽しい！

高齢者憩いの歌声広場

ピアノ伴奏 北村 恵美子

次回 4月8日

さくら さくら

作詞・作曲不詳

- ① さくら さくら
やよいの空は 見渡すかぎり
かすみか雲か においぞいずる
いざや いざや 見にゆかん
- ② さくら さくら
野山も里も 見わたす限り
かすみか雲か 朝日ににおう
さくら さくら 花ざかり



雨降りお月さん

野口雨情作詞・中山晋平作曲

① 雨降りお月さん 雲のかけ
お嫁にゆくときゃ 誰とゆく
一人でからかさ さしてゆく
からかさないときゃ 誰とゆく
シャラシャラ シャンシャン 鈴つけた
お馬にゆられて ぬれてゆく



② いそがにゃお馬よ 夜が明けよう
たづなの下から チョイと見たりゃ
おそででお顔を かくしてる
お袖はぬれても ほしゃかわく
雨降りお月さん 雲のかけ
お馬にゆられて ぬれてゆく

春が来た

高野辰之作詞・岡野貞一作曲

① 春が来た 春が来た どこに来た
山に来た 里に来た
野にも来た

② 花がさく 花がさく どこにさく
山にさく 里にさく
野にもさく

③ 鳥がなく 鳥がなく どこでなく
山で鳴く 里で鳴く
野でも鳴く



川の流れるように

秋元康作詞・見岳章作曲

知らず知らず 歩いてきた
細く長い この道
振り返れば 遙か遠く
ふるさとが見える
でこぼこ道や 曲がりくねった道
地図さえない それもまた人生
ああ 川の流れるのように
ゆるやかに
いくつも 時代は過ぎて
ああ 川の流れるのように
とめどなく
空がたそがれに 染まるだけ

ああ 川の流れるのように
おだやかに
この身を まかせていたい
ああ 川の流れるのように
いつまでも
青いせせらぎを
聞きながら



帰れソレントへ

作詞：ジァムバチスタ・デ・クルティス

作曲：エルネスト・デ・クルティス

日本語詞：徳永政太郎（イタリア民謡）

うるわしの海は うつつにも夢む
君の声のごと わが胸をうつ
オレンジの園は ほのかにも香り
恋になげく子の 胸にぞしむよ
あわれ君は行き われはただ一人
なつかしの地にぞ 君を待つのみ
かえれよ われを捨つるな
かえれソレントへ かえれよ



絵日傘

作詞：大村主計/作曲：豊田義一

① 桜ひらひら 絵日傘に

蝶々もひらひら きてとまる

うばのお里は 花のみち

すみれの花も たんぽぽも

② まわす絵日傘 花吹雪

ひばりもぴいちく きてあそぶ

乳母のお里は 春がすみ

絵日傘くるくる 通りゃんせ



【楽譜を用意しています】

< C-2 >

森へ行きましょう

東京大学教養学部音感合唱団作詞
ポーランド民謡

① 森へ行きましょう娘さん (アハハ)
鳥が鳴く (アハハ) あの森へ
僕らは木を切る君たちは (アハハ)
草刈りの (アハハ) 仕事しに
トララララ トララララ トララーララ
トララララ トララララ トララーララ
トララララ トララララ トララーララ
ラララ ラララ ララララ



② お昼の休みにゃ娘さん (アハハ)
まんまるい (アハハ) 輪をつくり
話をしながらおもしろく (アハハ)
お弁当 (アハハ) 食べましょう
トララララ トララララ トララーララ
トララララ トララララ トララーララ
トララララ トララララ トララーララ
ラララ ラララ ララララ

野ばら (シューベルト)

ゲーテ詩・近藤朔風訳詞・シューベルト作曲

① わらべは見たり 野なかのばら
清らかに咲ける その色めでつ
あかすながむ くないにおう
野なかのばら

② たおりてゆかん 野なかのばら
たおらばたおれ 思出ぐさに
君を刺さん くないにおう
野なかのばら

< C-19 >



証城寺のたぬきばやし

野口雨情作詞・中山晋平作曲

① 証、証、証城寺
証城寺の庭は
ツ ツ 月夜だ
みんな出て 来い来い来い
おいらの友達ア
ぽんぽこ ぽんの ぽん

② 負けるな 負けるな
おしょうさんに 負けるな
来い 来い 来い
来い 来い 来い
みんな出て 来い来い来い

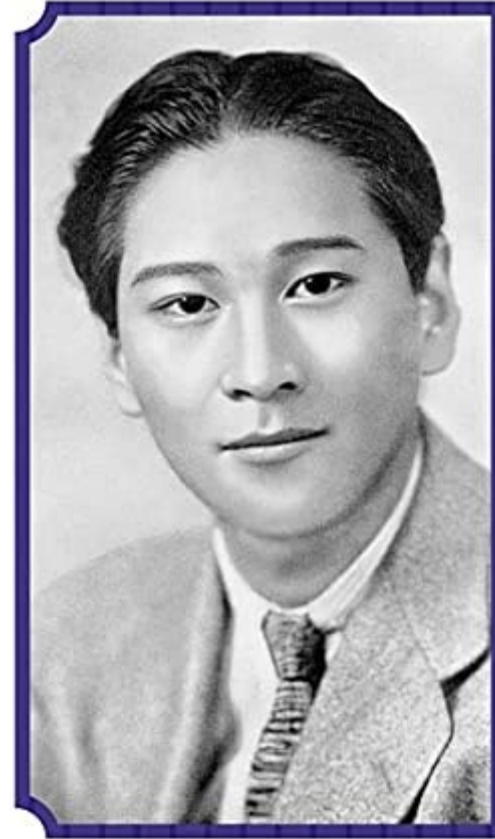
③ 証 証 証城寺
証城寺のはぎは
ツ ツ 月夜に 花盛り
おいらは浮かれて
ぽんぽこ ぽんの ぽん



あざみの歌

作詞：横井 弘 作曲：八洲 秀章

- ① 山には山の うれいあり
海には海の 悲しみや
まして心の 花園に
咲きしあざみの 花ならば
- ② 高嶺の百合の それよりも
秘めたる夢を ひとすじに
くれない燃ゆる その姿
あざみに深き わが思い



伊藤久男



大阪市 大川さくらクルーズ

3月生まれ

〈誕生日の歌〉

ハッピーバースデー トゥーユー
ハッピーバースデー トゥーユー
ハッピーバースデー ディア みなさん
ハッピーバースデー トゥーユー



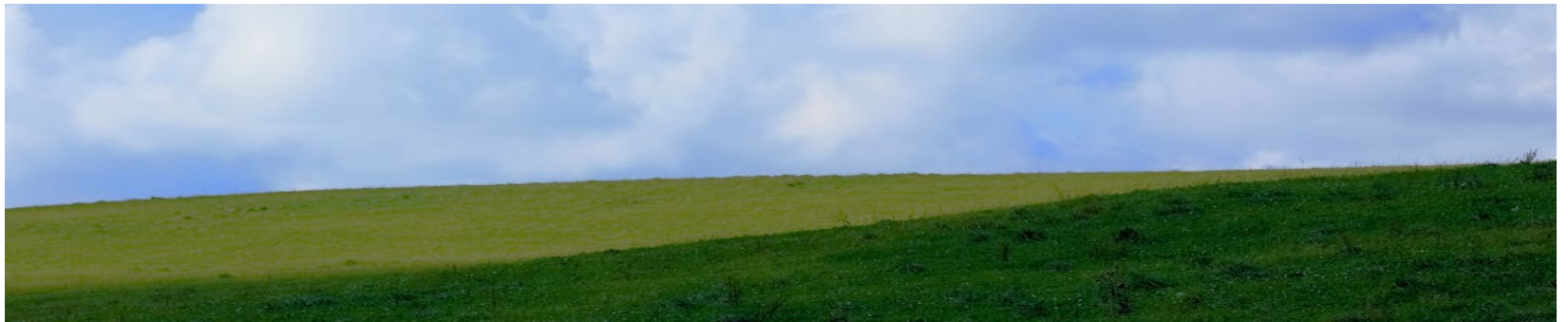
丘を越えて

作詞：島田芳文
作曲：古賀政男

< B-9 >

① 丘を越えて 行こうよ
真澄の空は 朗らかに
晴れて 楽しい心
鳴るは 胸の血潮よ
讃えよ わがはるを
いざゆけ 遙か希望の
丘を越えて

② 丘を越えて 行こうよ
小春の空は 麗らかに
澄みて 嬉しい心
湧くは 胸の泉よ
讃えよ わがはるを
いざ聞け 遠く希望の
鐘は鳴るよ



二人でお酒を

作詩 山上路夫 作曲 平尾昌晃

- ① うらみっこなしで 別れましょうね
さらりと水に すべて流して
心配しないで ひとりっきりは
子供の頃から なれているのよ
それでもたまに 淋しくなったら
二人でお酒を 飲みましょうね
飲みましょうね
- ② いたわり合って 別れましょうね
こうなったのも お互いのせい
あなたと私は 似たものどうし
欠点ばかりが 目立つ二人よ
どちらか急に 淋しくなったら
二人でお酒を 飲みましょうね
飲みましょうね



東京の人

作詞：佐伯孝夫 作曲：吉田 正

① 並木の雨の トレモロを
テラスの椅子で ききながら
銀座むすめよ なに想う
洩らす吐息に うるむ青いひ
しのび泣く 恋に泣く
東京の人

② 夜霧の日比谷 ゆく人も
隅田の流れ 見る人も
恋に身をやく シルエット
きみは新宿 ぼくは浅草
しのび泣く 恋に泣く
東京の人



< B-37 >

喜びも悲しみも幾歳月

作詞・作曲：木下忠司

- ① おいら岬の 灯台守は
妻と二人で 沖行く船の
無事を祈って ひをかざす
灯をかざす
- ② 冬が来たぞと 海鳥なけば
北は雪国 吹雪の夜の
沖に霧笛が 呼びかける
呼びかける



<B-47 >

お月さん今晚は

作詩 松村又一 作曲 遠藤 実

① こんな淋しい田舎の村で
若い心を燃やしてきたに
可愛いあの娘は俺らを見捨てて
都へ行っちゃった
リンゴ畑のお月さん今晚は
噂をきいたら教えておくれよなあ

② 憎い女と恨んでみたが
忘れられない心のよわさ
いとしのあの娘はどこにいるやら
逢いたくなっちゃった
リンゴ畑のお月さん今晚は
噂を聞いたら教えておくれよなあ



藤島桓夫

君といつまでも

岩谷時子 作詞・弾 厚作 作曲

- ① 二人を夕闇が 包むこの窓辺に
明日も素晴らしい 幸せが来るだろう
君の瞳は星と輝き
恋するこの胸は 炎と燃えている
大空染めて行く 夕陽色あせても
二人の心は 変わらないいつまでも
- ② 君はそよ風に 髪をとかせて
優しくこの僕の しとねにしておくれ
今宵も日が暮れて 時は去りゆくとも
二人の思いは 変わらないいつまでも



上海帰りのリル

作詞：東条寿三郎 作曲：渡久地政信

①
船を見つめていた
ハマのキャバレーにいた
風の噂はリル
上海帰りのリル リル
あまい切ない 思い出だけを
胸にたぐって 探して歩く
リルリル どこにいるのかリル
だれかリルを 知らないか

<B-23 >



②
黒いドレスを見た
泣いていたのを見た
戻れこの手にリル
上海帰りのリル リル
夢のスマロの 霧降る中で
何も言わずに 別れた瞳
リルリル 一人さまようリル
誰かリルを 知らないか

大きな古時計

作詞：保富康午・作曲：ワーク

① 大きなのっぽの古時計
おじいさんの時計
百年 いつも動いていた
ご自慢の時計さ
おじいさんの 生れた朝に
買ってきた時計さ
いまは もう動かない その時計
百年 休まずに
チク タク チク タク
おじいさんと いっしょに
チク タク チク タク
いまは もう動かない その時計

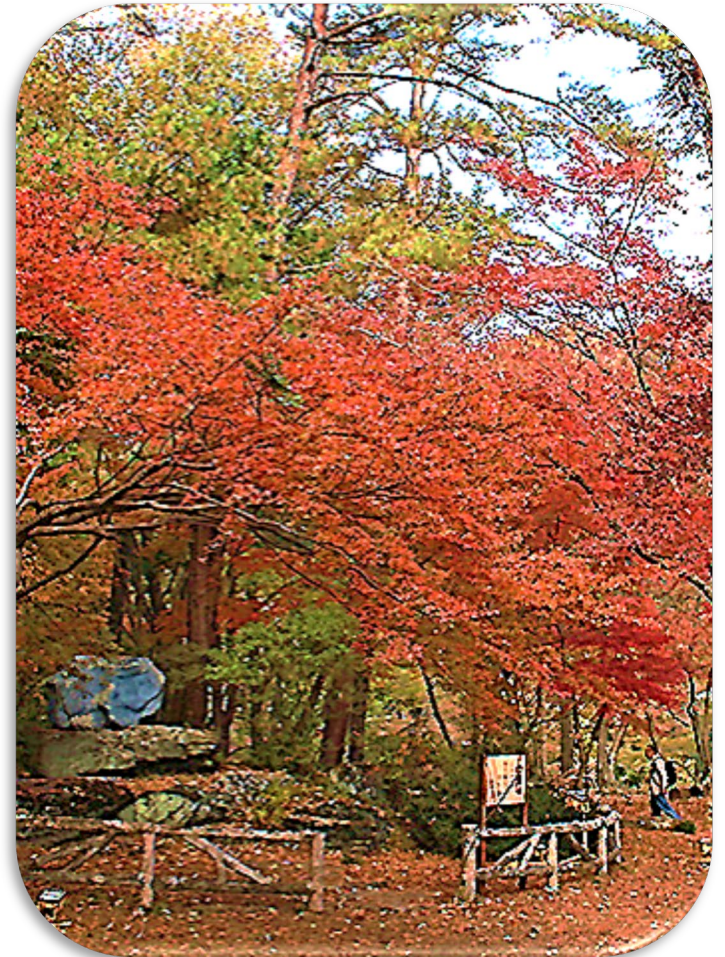
② 何でも知ってる 古時計
おじいさんの 時計
きれいな花嫁やってきた
その日も動いてた
うれしいことも 悲しいことも
みな知ってる 時計さ
いまは もう動かない その時計
百年 休まずに
チク タク チク タク
おじいさんと いっしょに
チク タク チク タク
いまは もう動かない その時計



旅愁

犬童球溪作詞・オードウェイ作曲

- ① 更け行く秋の夜 旅の空の
わびしき思いに ひとりなやむ
恋しやふるさと なつかし父母
夢路にたどるは さとの家路
更け行く秋の夜 旅の空の
わびしき思いに ひとりなやむ
- ② 窓うつ嵐に 夢もやぶれ
はるけきかなたに こころ迷う
恋しやふるさと なつかし父母
思いに浮かぶは もりのこずえ
窓うつ嵐に 夢もやぶれ
遙けき彼方に 心まよう



やしの実

島崎藤村作詞・大中寅二作曲

① 名も知らぬ 遠き島より
流れ寄る 椰子の実一つ
ふるさとの岸を 離れて
なれはそも 波にいくつき

② もとの木は おいや茂れる
枝はなお 影をやなせる
われもまた なぎさを枕
ひとりみの うきねの旅ぞ



③ 実をとりて
胸にあつれば
あらたなり
りゅうりのうれい
海の日
沈むを見れば
たぎり落つ
いきょうの涙

♪ 思いやる
八重のしおじお
いずれの日にか
国に帰らん



今日の日はさようなら

金子詔一作詞・作曲

① いつまでも絶えることなく
友だちでいよう
明日の日を夢見て
希望の道を

② 空を飛ぶ鳥のように
自由に生きる
今日の日はさようなら
またあう日まで

③ 信じあうよろこびを
大切にしよう
今日の日はさようなら
またあう日まで
またあう日まで



