



師走とは思えぬ穏やかな日差しに包まれた12月3日、第121回「ほほえみ交流カフェ」が開催されました。会場はたくさんのオーナメントで装飾され、ホリデーシーズンの華やかな雰囲気です。



シニア／見学	23名
講師	1名
葛が谷ケアプラザ	1名
葛が谷薬局	1名
スタッフ	10名 計36名



スタッフの挨拶もそこそこに、始まりました。テーマ曲「ドヴォルザークのユモレスク7番」の音色に乗って年末恒例の中川ともゆきさんのX'masコンサート。

認知症ケアの音楽セラピストとして活動されており、音楽をとおして眠っている記憶を呼び起こすことで脳の活性化が図られるそうですが、話と音楽が巧みな繋がりの中で流れるように次々と湧き出ます。



「今日は12月3日。One two threeの日です」ということで、聞き覚えのある曲がギターで奏でられます。

ああー何だっけ・・・ 答えは「オリーブの首飾り」
えっ！ One two three とどう関係？ 12月3日は「手品の日」だそうです。One two threeの掛け声であっと驚く不思議なことが。手品師の多くが技を披露する定番BGMが「オリーブの首飾り」なんです。そう言えばそうですね。あースッキリした。

次も30年来TV CMに使われている「My favorite things」
えっと、何の商業チャル???.....

答えはJR東海「そうだ京都行こう」でした。そうだよ！

ここでイントロクイズです..... 「青い山脈」！！ 残念、実は「高校三年生」でした。人の記憶は脳皮質に保管されますが、似通った記憶は近くの細胞に保管されるのだそうです。記憶の引き出しを開けるときに、誤って近くの引き出しを開けてしまうときがあって、それが「勘違い」となって現れることに。まんまと引っ掛かりました。「♪♪・・・フォークダンスの手を取れば・・・♪♪」

代表的なフォークダンス曲を三つ思い出しましょう 「オクラホマミキサー」「ジェンカ」「マイムマイム」 何とかクリア。

その後も、横浜土産を10個、全国銘菓を10個など楽しい会話やクイズを挟みながら、懐かしい曲をたっぷり披露いただきました。最後は参加者のリクエストで会場全員で「上を向いて歩こう」を合唱しました。 中川さん、有難うございました。

コンサートの後は暫し
「お喋りコーナー」
皆さん椅子の向きを変え、お近くの皆さんと何やら賑やかにお話が弾みます。」



続いて参加者有志お二人が特技を披露
まずは、土屋さんの手品です。当日が
「手品の日」だとはご存じなかったとのこと。

何とBGMはやっぱり「オリーブの首飾り」 人前で披露するのは暫くぶりとのことでしたが、なかなかお見事。会場からは何度も「おおお！」という感嘆の声が沸き起こりました。

二人目は西野さんの読み聞かせ 昔話を二話「おなら嫁」と「酒と小便」 何故か二つともちょっと下ネタですが、語り口はお見事。巧みに登場人物を演じ分け、会場は笑いに包まれました。

土屋さん、西野さん、有難うございました。



12月の誕生日はスタッフの佐藤さんお一人。
大勢の「Happy birth day」を独り占めでした。

そして、歌川さんの指導の下、体操で身体をほぐします。
肩周りの柔軟体操に続き、左右の腕で異なる動きに挑戦。
皆さん苦戦です。 続いて立ち上がって脚を前後左右に
ステップ運動や上体捻り、肩甲骨周りのストレッチなどで
身体をほぐしました。



最後は「ふれあい丘の街」をみんなで合唱、
盛りだくさんのひと時はあっという間に過ぎ、
参加者は配られたクリスマスのお土産を手に会場を後に
しました。

次回は年明け1月7日です。 良いお年を！