

スープのよろずや「花」企画

# ZOOMでも参加可能な体操教室



ご自宅から、オンラインでZOOMを使い、パソコンやスマホの画面を見ながら行えます。以下からアクセスください。

<https://zoom.us/j/92291621725?pwd=ck9MaXp0OVVmWmJFaFBuK2tJc21mQT09>

ミーティングID: 922 9162 1725 パスコード: BtN3H1

4/23  
(金)



## 音楽レクリエーション

時間：午後2時～3時

音楽に合わせた体操  
簡単な踊り  
楽しく歌って  
身体も心もリフレッシュ！

講師:吉野由美子  
花の谷クリニックスタッフ  
介護福祉士

場所: 花の谷クリニック スープ屋前広場

\*参加される方は、事前にご連絡をお願いします。

ZOOMの場合→ [soupnoyoziyua@hananotani.jp](mailto:soupnoyoziyua@hananotani.jp)

直接来られる場合→ 090-8565-2446

### ●どんな事をするの？

- ・懐かしい歌、好きな歌を生の伴奏に合わせて歌います。
- ・音楽に合わせて上半身、下半身を動かし体をほぐしていきます。  
(椅子に座ったままでも大丈夫。)
- ・音楽を使った脳トレーニング
- ・手話を使った歌
- ・音楽に合わせた踊り など



# みかんの花咲く丘

1946年（昭和21）

詞 加藤省吾 曲 海沼実

みかんの花が咲いている  
思い出の道 丘の道  
はるかに見える 青い海  
お船が遠く かすんでる

黒い煙を はきながら  
お船はどこへ 行くのでしょうか  
波にゆられて 島のかげ  
汽笛がぼうと 鳴りました

いつか来た丘 母さんと  
一緒にながめた あの島よ  
今日も一人で 見ていると  
やさしい母さん 思われる

# 花は咲く

2012(平成24)年 詞 岩井俊二 曲 菅野よう子

1.真っ白な雪道に 春風かおる  
わたしはなつかしい あの街を思い出す  
かなえたい 夢もあった 変わりたい 自分もいた  
今はただ なつかしい あの人を 思い出す  
誰かの歌が 聞こえる 誰かを 励ましてる  
誰かの笑顔が 見える 悲しみの むこう側に  
花は 花は 花は咲く いつか 生まれる君に  
花は 花は 花は咲く わたしは 何を残しただろう

## 2.夜空の向こうの 朝の気配に

わたしはなつかしい あの日々を思い出す  
傷ついて 傷つけて 報われず 泣いたりして  
今はただ 愛おしい あの人を 思い出す  
誰かの想いが 見える 誰かと 結ばれてる  
誰かの 未来がみえる 悲しみの 向こう側に  
花は 花は 花は咲く いつか 生まれる君に  
花は 花は 花は咲く わたしは 何を残しただろう

花は 花は 花は咲く いつか 生まれる君に  
花は 花は 花は咲く わたしは 何を残しただろう  
花は 花は 花は咲く いつか 生まれる君に  
花は 花は 花は咲く いつか恋する 君のために