



岡山フルートの会会報

2008年3月号 第109号

HP: <http://www.okayama-flute.net/>

E-mail: okayama-flute@mail.goo.ne.jp

今年は、例年になく雪の日が多く寒い冬でしたね。春の訪れが待ち遠しい今日この頃、いかがお過ごしですか。

一年というのは早いもので、今年度も締めくくりの三月がやって来ました。演奏会も間近に迫り、ソワソワ、ドキドキされている方もいらっしゃるのでは・・・。

何かと忙しい時期ではありますが、体調に気を付けて乗り切りましょう。

第29回岡山フルートの会演奏会について

3月16日に行われる岡山フルートの会演奏会の案内を同封しております。なお、先月号で記載した、写真・CD・DVDの料金に誤りがありました。訂正して案内に載せておりますので、皆様ご確認の上ご注文ください。お問い合わせは、実行委員長の山本恵理さんをお願いします。山本恵理さん:090-1684-3149

演奏会情報

♪ 第10回東京芸術大学岡山県出身者によるジョイントコンサート

日 時:3月22日(土) 13:30 開演(13:00 開場)

会 場:ゆるびの舎

チケット:一般:2,000円 学生:1,000円

問合せ:086-953-0125(近藤さん)

フルートの出演者は、安原三保子さんと金橋泰花さんのお二人です。

♪ 岡山朝日高等学校管弦楽団 第6回定期演奏会『春うらの音楽会』

日 時:3月31日(月) 18:30 開演(17:50 開場)

会 場:岡山シンフォニーホール

曲 目:ワルツ「春の声」(J.シュトラウス), カルメン幻想曲(ボルヌ)(F)独奏:瀬尾和紀,

交響曲第2番(ボロディン)他

* 特別ゲストとして、フルーティストの瀬尾和紀さんが出演されます。

入場料:高校生以下 500円, 一般 800円

♪ 岡山チェンバープレイヤーズ 第28回コンサート

フルートアンサンブル「ローザ」のメンバーによるコンサートです。

日 時: 年4月16日(水) 19:00 開演(18:30 開場)

会 場: ルネスホール(086-225-3003)

出 演: 小池かほるさん, 堺 由美さん, 野崎 愛さん, 宮尾紀子さん

曲 目: トルコ行進曲(モーツァルト), 4本のフルートのための「フルーツ・パフェ」(伊藤康英)他

入場料: 1,000 円(ソフトドリンク付), 未就学児無料

プレイガイド: 長谷川楽器店, ぎんざや, ヤマハミュージック瀬戸内, ルネスホール

♪ 演奏会情報は熊瀬さんに連絡してください ♪

熊瀬さんのアドレス: kumakuma-family@nifty.com

星っさんコーナー(その29)

「合奏参加のうれしい効用」

星島明郎

最近、ある本で「物忘れと認知症」と題した特集を読みました。これは、認知症のベテラン医と記者の対談の形で書かれていましたが、「ぼつぼつ物忘れが多くなったかな」と思っている私にとって大変興味あるお話でした。(若い人は、関係ないと思っているでしょうが、早かれ遅かれ必ず来るのですよ)

「物忘れ」は、ある程度年をとると誰でも少しずつ多くなるのは当たり前のことで、これは病気ではなく何も心配することはないそうですが、アルツハイマー型や脳血管性の認知症などは明らかに病気で、これらは積極的に予防しなければなりません。では、それを防ぐ良い方法があるのでしょうか？ それに対する答えとして、次のようなことが書いてありました。まず食事では肉よりも魚を多く食べる。抗酸化作用のあるビタミン類やスパイス類を積極的にとる。週何回か汗ばむほどの運動をする。頭を使う知的生活をする等々。

今ひとつ、アメリカの面白い研究が紹介されていました。いろいろな趣味を持つ75歳以上の男女500人を5年間追跡調査した結果、アルツハイマー型認知症になりにくかった人として、ダンスを趣味としている人、チェスやトランプなどのゲームを日常的にやっている人(日本人なら囲碁や将棋、マージャンなどでしょうか)、そして「音楽」を趣味としている人たちだったそうです。もっとも音楽の場合は、ただ鑑賞するのではなく、コーラスや器楽合奏に参加して体を使って音楽している人達。消極的な芸術活動ではなく、自分の方から積極的に向かい合い、手足を動かして、頭を働かして、できれば一人でやるよりも多くの人達と一緒にやって楽しむ人達だそうです。これが認知症になりにくい最良の方法と言うわけです。知的な活動が認知症(もの忘れ)対策に有効と言うことは以前からよく言われていたことですが、「フルートの会」のような合奏活動が大変効果的だったと言う結果が出て、うれしくてたまりません。岡山フルートの会の皆さん、若いも若きも心をつにして、演奏会に向けて頑張りましょう。

【会報の封筒詰めのお知らせ】

4月号の会報の封筒詰めを、4月1日(火)午後7時から長谷川楽器店3階ホールで行います。会員の皆さまには、是非、封筒詰めのお手伝いをお願いします。