

団体名： 音楽健康さろん

チャレンジ応援助成 定例活動活性化助成	事業名
	地域に密着したシニアのための音楽療法を普及する会
Q1. 団体の活動目的・活動内容は何か？	
シニア世代を対象とした音楽療法として、歌や簡単な楽器を用いた合奏、軽微なリズム運動や呼吸法、音楽に関するアタマの体操などを月1回行っています。遠出が難しくなりつつある世代の参加者が、当さろんで仲間を得て地元の情報を交換・共有し、地域に根付いた活動の場を広げています。	
Q2. 助成金はどのようなことに使いましたか？	
専門の養成機関で訓練を受けた現役のプロの音楽療法士に指導を依頼しており、その謝礼金の一部に使用しました。	
Q3. 助成金を使って良かったことはありますか？	
訓練と経験を積み、高齢者の音楽療法を熟知した音楽療法士の指導により、参加者の世代や個々の状況に合わせたプログラムを毎回作成。また参加者の当日の健康状態に臨機応変に対応し、質の高い音楽療法を提供することができました。参加費の一部は、JR 阿佐ヶ谷駅から近い防音完備の会場の使用に回すことができ、幸いにも阿佐谷のみならず高円寺、荻窪、西荻窪からの参加が増えました。	
Q4. 今後の目標などはありますか？	
本年もコロナ禍により、シニア世代の活動の場が少ない時期がありました。フレイル予防のためにも、一人でも多くのシニア世代のみなさまに参加して頂きたいと願っています。今後もさらに地域の方とのつながりを広げ、参加のお誘いを、より一層積極的に進めていきたいと思っています。	
Q5. 「歳末たすけあい募金」にご協力くださった方に一言お願いします！	
貴重なご寄付を使わせていただき、カラダとアタマの体操やストレス緩和の場を提供することができました。地域のみなさんに見守られながら、さらに13年目に突入していきたいと思えます。皆さまありがとうございました。	

活動分野 (いくつでも)	<input checked="" type="checkbox"/> 高齢者	<input type="checkbox"/> 障害者	<input type="checkbox"/> 子ども	<input type="checkbox"/> まちづくり	<input type="checkbox"/> 環境	<input type="checkbox"/> 国際	その他 ()
代表者名	中村京子			連絡先	03-5327-5727		
所在地 活動場所	阿佐谷地域区民センター音楽室			ホームページ	/		



QRコード
など