

市民活動団体 活動紹介

アリオ八尾 ハッピー寄席 ～“笑い体験”にぎわいのハッピーデー～

アリオ八尾 1階レッドコート イベント広場

9月18日(火)

アリオ八尾にて、落語と老若男女が参加出来る体験型教室『エイジレスワークショップ』が開催されました。

今回は、このイベントにセンター「つどい」が登録団体を紹介し、出展が実現しました。アリオ八尾・企画会社・市民活動団体がつながったことから取材に伺いました。

登録団体である「環境アニメイティッドやお」の「高安の森自然楽校」さんでは、小枝や竹、木の実などの自然素材を使った手作りネイチャークラフト体験が行われました。可愛い動物・雑貨小物をかたどったり、自分で自由に組み合わせたオリジナルストラップを作りました。

その他にも、和紙を使った雑貨作り・手書きのしおり作り・昔懐かしの紙芝居とカタヌキ・若返り似顔絵・自分で作るお彼岸花等の様々な出展があり、参加された方々が楽しく体験されていました。

今回のように温もりを感じる体験教室、人々のふれあいの場としてさらに広がっていけば良いと思います。



(取材：つどいスタッフ 新出 育子)

YAO 笑いヨガクラブ「市民講座『笑って健康』笑いヨガ教室」

9月19日(水)

プリズムホール 5階和室

「笑いヨガ」とは、笑いの体操とヨガの呼吸法をあわせた体操です。酸素がたくさん取り入れられ、健康と活力につながる体操です。インド人医師のカタリア博士が5人で始めた活動が、現在では全世界70カ国で広がっています。

今回、初めて「笑いヨガ」を体験しました。始めに10名の参加者が自己紹介をしたり、深呼吸を行ったりしました。また恥ずかしさを忘れながら、体を動かしながら笑ったり、手話を交えたり、随所で手を叩いてみんなで大きな声で「イエーイ！」とポーズをしたりしました。クールダウンも行い、あっという間の笑いながらの1時間でした。

「笑いヨガ」の体験で、笑って酸素を取り入れたことで、頭がリセットされました。毎月1回の開催です。ぜひご参加下さい。



(取材：つどいスタッフ 新福 泰雅)

特定非営利活動法人あじあんりれいしょん

「第6回文化交流会 りれいしょん plaza」

9月23日(日)

中秋の名月が近いことから「お月見」をテーマに開催しました。アジアの国々では旧暦の8月15日(今年は9月30日)に各国の伝統的な過ごし方があるようです。

- ・ 中国：月餅をお世話になっている人に送り家族団欒でこの日は過ごすそうです。
- ・ 台湾：月餅の他に文旦(ぶんたん)を食べ、また地方によりアヒルを食べるそうです。
- ・ 韓国：先祖の墓参りをし、新米で「松片(ソンピョン)」という餅を作り、感謝を捧げてお供えをするそうです。
- ・ ベトナム：子供のお祭りや、Cuoi(クウォイ)という人の伝説から、灯籠を手に町を歩き、獅子舞で家内の幸せを願うそうです。

各国のお月見のことを話したり、お月見にちなんだ歌も歌いました。

貴法人は、日本に住む外国の人たちと生活に必要な日本語を学習する教室を行っています。一緒に学習していただけるボランティアを募集しています。文化交流会で交流も深めながら、一緒に活動に参加されませんか。



▲ 中秋の名月にちなんだ歌を歌いました。