

特集 **ボランティアセンター** 2~5

女と男のフォーラム参加者募集 6

まちかどネットワーク 7

暮らしのたより 8~11

富士の民話 あれこれ 「吉原の身代り地蔵さん」 12



人・情報・交流基地 vol.6

大きな声を出すことが健康の秘訣

ひけつ

高齢者学級「声のクリニック」..... 伝法公民館

発声方法を基礎から学べるこの教室では、一人一人が主役になっています。講師による個人個人への指導も好評で、毎年定員オーバーになるほどの人気ぶりです。

受講生の皆さんは、「大きな声を出すので気分もそう快、嫌なことも忘れてしまいますね。それに、おなかから声を出すので、健康にもいいですよ。仲間意識も抜群で、とても楽しいです」と話してくれました。