

# さいたま *Saitama Super Senior Band* スーパーシニアバンド

## 市民活動官・学連携プロジェクト

# 参加者募集

さいたま市内で活動する高齢実年齢バンド「さいたまスーパーシニアバンド」は、音楽を生きがいに活動をされているシニア世代の方々が多く在籍しています。

本事業は、さいたまスーパーシニアバンドと共に音楽活動に取り組み、文化芸術が心と身体の健康に与える効果について調査しています。過去2年間でのべ41名の方にご参加いただき、参加者の生活の質(QOL:Quality of Life)と認知機能が音楽活動に取り組んだことによって向上したことが明らかとなりました。

これからの人生100年時代に向けて、生き生きとシニアライフを送られている方々と一緒に音楽活動を始めてみませんか？

### 参加特典

本事業にご参加いただく方には生活の質(QOL:Quality of Life)と記憶力に関するアンケートを受けていただきます。音楽活動に取り組んだ前後において心と身体の健康状態が改善されているかを調査し、その結果を個別にお伝えいたします。

〈調査研究者〉 城西大学薬学部医療栄養学科 真野博教授

申込締切

11月23日(水・祝)

応募方法

QRコードを読み取り▶  
必要事項を記入して  
ご応募ください。



対象

50歳以上で楽器を  
自身で用意して  
いただける方

定員

40名程度

参加費

4,000円

詳しくはチラシ裏面をご覧ください。

# さいたまスーパーシニアバンド 市民活動官・学連携プロジェクト

対象	50歳以上で楽器をご自身で用意していただける方 音楽経験は問いません。現在、音楽をやられている方、全くの初心者の方でも大歓迎です！ また、音楽ワークショップで使用する楽器は、参加者様ご自身でご用意いただけます。
定員	40名程度
参加費	お一人様 4,000円
申込方法	QRコードから、必要事項を記入してご応募ください。 ▼応募フォームはこちら  【必要事項】 ①氏名 ②住所 ③電話番号 ④メールアドレス ⑤年齢 ⑥性別 ⑦演奏してみたい楽器 ※⑦演奏してみたい楽器は、トランペット、トロンボーン、フルート、クラリネット、サクソ、打楽器、ベースの中から一つ選び、ご回答ください。
受付締切	<b>11月23日(水・祝)まで</b> ※抽選による選考を行い、結果を11月25日(金)までにメールにてお知らせいたします。 それまでに連絡が届かなかった方は大変お手数ですが、お問い合わせください。 ※「bosyuu@saitama-culture.jp」のアドレスからご連絡いたしますので、迷惑メールなどに届いていないかを事前にご確認ください。
お問合せ	(公財)さいたま市文化振興事業団 事業課 TEL:048-866-3467 FAX:048-837-2572

開催日	会場	時間	内容
12月1日(木)	さいたま市文化センター 小ホール (さいたま市南区根岸 1-7-1)	19:00 ~ 21:00	事前説明会
12月8日(木)			音楽ワークショップ①
12月22日(木)			音楽ワークショップ②
2023年1月12日(木)			音楽ワークショップ③
1月19日(木)			音楽ワークショップ④
1月26日(木)			音楽ワークショップ⑤
2月2日(木)			音楽ワークショップ⑥
2月16日(木)			音楽ワークショップ⑦
3月1日(水)	さいたま市文化センター 大ホール		音楽ワークショップ⑧
3月4日(土)	さいたま市文化センター 小ホール		成果発表会

※音楽ワークショップでは、楽器の演奏法や楽譜の読み方などを基礎から優しく丁寧に指導いたしますので、初心者の方でも安心です。

## 【参加にあたって】新型コロナウイルス感染拡大予防のため、下記についてお願いがありますのでご承知おきください。

- 開催当日、入口にて「検温」「体調申告」「手指の消毒」「マスク着用」の確認をさせていただきますので、入場について、通常よりお時間がかかる場合があります。
- 参加によって、主催者が得た参加者の個人情報、クラスターが発生した場合、さいたま市や保健所に情報提供する場合があります。
- 参加にあたっては、マスクの着用をお願いいたします。
- 咳、呼吸困難、全身倦怠感、咽頭痛、鼻汁、味覚嗅覚障害、目の痛み、結膜の充血、頭痛、関節等の筋肉痛、下痢、嘔気、嘔吐などの症状がある場合はご来館をお控えください。
- 発熱があり、検温の結果、37.5℃以上の発熱があった場合は、参加はできません。

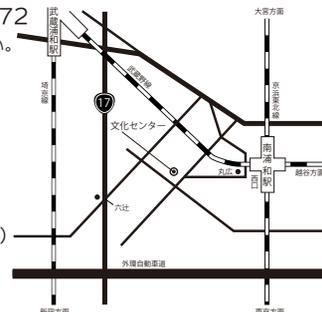
## さいたま市文化センター

〒336-0024 さいたま市南区根岸 1-7-1  
Tel 048-866-3171 Fax 048-837-2572

※電話・Faxのおかけ間違いのないよう十分ご注意ください。

### 交通のご案内

JR南浦和駅西口下車徒歩7分  
戸田西ICより6.5km  
外環浦和ICより2.5km  
駐車場137台完備(有料)最初の1時間無料。  
1時間超から1時間30分以内は220円以降30分毎に110円を加算します。(10円未満切り捨て)  
※駐車場に限りがございますので、公共の交通機関をご利用ください。



## 昨年度の様子

昨年度、本事業を実施した際の成果報告書をホームページにて公開しております。ぜひご覧ください。



## SNSもCHECK!!

