

**FUKUSHIMA**  
市民  
インタビュー

音楽で皆さんに元気を  
ハモンドオルガン奏者  
**相原 節子** さんに聞きました！



ハモンドオルガン奏者  
相原 節子さん

🐰 始めたきっかけは？

中学生時代に合唱部でピアノの伴奏者を務めたことをきっかけに、音楽科へ進みました。もともと楽器を演奏するのが好きだったので、音楽の勉強ができるのは楽しかったですね。その後はピアノ教室の先生をしていましたが、オルガンにも興味を持ち、講習会に参加したり「福島オルガンの会」に所属しながら学びました。

🐰 活動内容は？

ボランティアで週1回の古閑裕而記念館での生演奏や、学習センターなどで行われる古閑先生に関する講座での伴奏を務めています。

13年前に行われたクリスマスコンサートが記念館での初演奏でした。皆さんが伴奏に合わせて楽しそうに歌っているのを見て、この1回で終わるのももったいないと提案したことから、週1回の演奏が始まりました。ハモンドオルガンの音色は歌声ととても相性が良いんです。今では演奏できる

🐰 活動のやりがい？

毎週の演奏を楽しみにしてくださる方も多く、ありがたく思います。「声を出す」と元気になるね」と言っていただけで、少しでも皆さんの元気の源になれていると思うとうれしいです。

🐰 これからの活動は？

皆さん歌詞を見て数回歌うだけで、すぐメロディーを覚えてしまうんですよ。その才能にはいつも驚かされますし、皆さんの歌声に私も元気をもらっています。また、この活動を通して、古閑先生の素敵な曲をたくさん知ることができて勉強になりましたし、楽譜通りの演奏だけではなく、間奏の長さや音の高さなどを皆さんに合わせてながら演奏するのが楽しいです。



We Love ♡ ふくしま！  
第26回『新型コロナウイルスとの  
長期戦を乗り越えよう』

新型コロナウイルス感染症は3月下旬から急拡大し、東京2020大会は前例なき延期。4月7日には、わが国初の緊急事態宣言が出されました。

依然、収束の見通しは立たず、長期戦は必至です。原発事故後の状況を思い起こした人も多いでしょうが、人と人との接触が制限され、家族の中でも気を遣わなければならない状況は、あのとき以上のつらさがあるかもしれません。

こうした長期戦を乗り越えるには、何よりも、正しく恐れることが大切です。新型コロナウイルスは一般的に、ウイルスが付着したものに触れることを通じた「接触感染」と、せきなどから出る飛沫を吸い込むことによる「飛沫感染」により感染します。

したがって、こうした接触感染と飛沫感染のリスクを回避すること、あるいは除去することが感染防止の対策となります。たとえば、外出先や帰宅直後などで頻繁に手洗い、手指消毒を実施すること、握手・抱擁をしないことは接触感染の防止になり、人への接近や会話を避けること、マスク着用、密閉・密集・密接のいわゆる3「密」を避けることは、接触感染のみならず飛沫感染の防止になります。

飛沫より小さいマイクロ飛沫による感染も指摘されていますが、これもマイクロ飛沫の濃いところに人が密集することや、換気の悪い場を避けることで防止できるものと考えられます。

外出を控えることは、感染のリスクを最も少なくするものであり、感染のまん延が迫っている場合は、極力外出を自粛していただきたいと思います。

もっとも、家族中の誰かは仕事や買い物などで外出せざるを得ず、感染のリスクはゼロではありません。家庭内でも、特に何らかの症状が見られたら、できるだけ近くで過ごさないような工夫をして、感染防止に努めてください。

これまでの県内の感染例を見ると、家庭や職場など近い人からの感染例が約3分の2を占めるなど多数に上っており、十分注意して下さい。

一方、外出自粛も長期にわたると、逆にマイナスの副作用のリスクが大きくなってきます。運動不足やストレスの蓄積は、心身の変調を来す原因となりますし、免疫力、すなわちウイルス感染に対する抵抗力が弱ってしまいます。

また、児童や高齢者への虐待、家族関係の崩壊につながるケースもあり、現に家庭内の問題が各種相談に表れてきています。

したがって、家の中でも適度に運動し、気持ちが晴れる楽しみを見つけたり、時には、接触感染・飛沫感染の心配のない自然の中を散歩するなどして、心身の健康を維持していただきたいと思います。

市では、随時、市長メッセージや市民向け関連情報をホームページなどで発出していますので、こまめにご覧いただき、これらに沿った行動をお願いします。

明けない夜はありません！感染防止の基本に基づき、一人ひとりが「自分を守る、自分の大切な人を守る」という行動を粘り強く徹底していくことが、この長期戦をできるだけ早く終わらせることにつながります。

市民一丸となって、この難局を乗り越えていこうではありませんか！

福島市長 木幡 浩