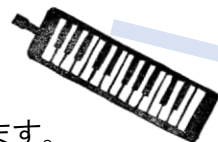




「うちで踊ろう」に合わせて 元気を送ろう！プロジェクト



長引くコロナ禍を受けて、みなさんでお互いを励まし合おう！
星野源さんの「うちで踊ろう」にのせて、ご自宅で撮影した動画・写真を募集します。
ワンフレーズだけでも、歌ってなくても、静止画でも、
見ていて楽しくなる元気が出る投稿であれば、OKです。
動画・写真と一緒に、お互いを励まし合えるようなメッセージを送ってください！



“うちで踊ろう”

たまに重なり合うよな 僕ら
扉閉じれば 明日が生まれるなら
遊ぼう 一緒に

うちで踊ろう ひとり踊ろう
変わらぬ鼓動 弾ませろよ
生きて踊ろう 僕らそれぞれの場所で
重なり合うよ

うちで歌おう 悲しみの向こう
全ての歌で 手を繋ごう
生きてまた会おう 僕らそれぞれの場所で
重なり合えそうだ

①元気になるようなメッセージとともに、
動画や写真を撮って送ってください。

踊ったり、歌ってなくてもOK！
★笑っているところ
★遊んでいるところ
★ペットの動画や写真 など



②データにして、メールで提出をお願いします。

kagayaki@chiyoda-cosw.or.jp

※詳細については、チラシ裏面をご覧ください。

締め切り:2月14日(日)まで

③こちらで編集し、

- ★千代田区社会福祉協議会 YouTube で配信
- ★自宅で出来るストレッチ等と一緒にDVDにして
外出自粛している高齢者に向けて、お渡し予定
- ★今後、かがやきプラザ館内で再生予定



←見本動画を配信中！

【問い合わせ・送付はこちら】

かがやきプラザ高齢者活動センター ちよだで多世代交流 Ciao！

(指定管理者：千代田区社会福祉協議会)

〒102-0074 千代田区九段南 1-6-10 かがやきプラザ4階

TEL:03-3265-1161 FAX:03-3265-1162

E-mail:kagayaki@chiyoda-cosw.or.jp

具体的に何をすればいいの？



例えば…

- 「うちで踊ろう」に合わせて歌っている動画・踊っている動画
- 子どもと一緒に笑っている動画
- ペットが元気に動いている動画
- 手作りの絵手紙・手芸品の写真
- 自宅庭の花の写真 などなど

見ていて楽しい・癒されるような動画や写真を提出してください。

【提出先】 kagayaki@chiyoda-cosw.or.jp

元気になるメッセージをメールの本文に入れてください。

動画の場合、1曲まるまるでも10秒～30秒程度でも結構です。
音楽はこちらで付けますので動画データそのまま送ってください。

どんな方に見ていただくの？

緊急事態宣言を受け、

現在、高齢者活動センターを休館しており、
合わせて日頃から食事会やサロンに来られていた
現在、ご自宅で外出を自粛している方が大勢います。

その方々に、ご自宅で出来るストレッチなどと一緒にDVDにしてお届けする予定です。

また、高齢者に限らず、コロナ禍でも頑張っている皆さんと一緒に見られるように、
千代田区社会福祉協議会 YouTube や SNS に、随時UPしていきます！

みんなが元気になるようなメッセージを添えてください。



※いただいた動画や写真は社会福祉協議会の YouTube や SNS に掲載させていただきますので、
その旨ご理解ください。

※著作物や個人の動画・写真を無断で使用しないよう、ご注意ください。

※配信するのにふさわしくない内容と判断した場合は、使用を控えさせていただきます。

※一般的な画像・動画データで送付ください。

また、画像の解像度によっては綺麗に映らない場合がございます。お気をつけください。

ちよだで多世代交流

ちよお
Ciao! ってなあに？

「ちよお！」にはさまざまなあいさつの意味があります。子どもから大人まで、気軽に
あいさつができる、そんな交流をしませんか？

多くの方が集い、出会い、楽しむことができるよう、「かがやきプラザ」を拠点にさま
ざまな世代の交流を図っています。

チャオチャンネル配信中！

<https://www.chiyoda-cosw.or.jp/ciao/channel/>



活動報告・最新情報は Facebook で！

<https://www.facebook.com/chiyoda.ciao/>

