

老頑童合唱團六週年團慶

◎養生文化村第七屆團長 朱瑞文

養生文化村最大的社團——老頑童合唱團，於9月29日慶賀成立六週年。在新任團長及全體團員共同戮力，辦出多元創新、多采多姿的慶祝活動，度過一個快樂的生日聚會。

四十餘位團員分成大姊們的旗袍組與大哥們的紅色團服組，在榮譽團長馮伯清先生高唱「老頑童之歌」下步入會場，登上舞台。在總幹事劉德裕先生主持下正式開始，首先是團員大合唱「長城謠、追尋」等五首曲目，在懷舊的氛圍中卻又不失歡樂的氣氛。

接著是由第七屆團長夫婦表演「社交舞秀」，跳出輕快的「吉魯巴」，其中還穿插「扭扭舞及走秀」，令全場觀眾大開眼界、歡聲雷動，更有觀眾驚奇地說：「他倆都是七、八十歲的住民，竟還能如此輕盈、活潑，真是不可思議。」

接著是舞蹈、胡琴、變戲法、各式獨唱及合唱等，其中旗袍組的表演，由12位70至90多歲的大姊們組成，他們雖是白髮蒼蒼，卻是個個身材苗條，穿著華麗合身的旗袍，搖曳著蓮步，格外顯得婀娜多姿。當她們清麗的聲音唱著「夜來香，我為你歌唱……」時，立刻引起台下的騷動，再次掀起一波高潮。最後由幹部們合唱壓軸的「瀟灑走一回」，在全體團員及觀眾共鳴下謝幕。

老頑童合唱團屬於養生村全體住民的合唱團，歡迎大家來做芳鄰，共同用美妙的聲音，譜出歡樂、幸福的人生。

桃園長庚黃美涓名譽院長祝賀詞

老頑童合唱團的六週年團慶，我因為政府的重要公務外出，但心還是與各位同在，充滿了感恩與歡樂之情。根據醫學的研究，唱歌至少有三大好處：

1. 唱歌會自然使用腹式呼吸，丹田吐納，是很好的有氧運動。能增進心肺循環功能，也能促進腸胃道的蠕動。
2. 唱歌可以啟動左右腦的互動連結，因為音樂中樞在右腦，文字中樞在左腦。所以是很棒的頭腦體操。
3. 唱歌能抒發情感，釋放情緒，增加免疫球蛋白IgA高達150%。所以，唱歌也是提升個人免疫力的良方。

這六年來，我們十分感謝李純美老師的全心奉獻。她在選歌之時，能夠顧及團員們的多元背景，所有曲目都是精挑細選，除悅耳動聽，更容易朗朗上口，更創作老頑童合唱團團歌，鼓勵大家唱下去。

在這個重要里程碑的日子，祝福老頑童合唱團六週年團慶大會成功，更加欣欣向榮，祝福平安快樂。☺