



第9号

スマイルレク通信



会長 森 和子

いっしょいちじやく いちどいちろう

一笑一若一怒一老

この通信がお手元に届く頃にはコロナも落ち着いているでしょうか。4回も日程を変更した「第5回レクダンスパーティー」「みんなで踊ろう」はコロナ感染者急増の為開催中止、またサークルも1ヶ月程休会にさせて頂きました。会場は使用可能でしたが、イベントよりも安心安全が大切と判断致しました。

会員の皆さまあってのスマイルレクも6年目を迎えます。サークルも20数年経つと高齢化し、踊りの振りもスタイルも変化してきましたが「いつでも、どこでも、だれもが楽しく踊れる」というレクダンスの原点は変わっていません。「レクダンスを通して健康づくり仲間づくり」はスマイルレクの活動目的でもあります。

笑顔は人の心と肌にツヤとハリをもたらします。こんな時だからこそ一笑一若一怒一老、笑顔を心がけ若々しいきましょう！

会の高齢化とはいえ会員減少は寂しく、一人でも仲間を増やしたい。会員増強に皆さまのお力添えをお願い申し上げます。皆さまと今年も元気で張りのある日々が過ごせます事を願っています。

おかげ様で スマイルレク 6年目



人生のスパイス

事務局 真崎 恵理子

春爛漫、心も華やぐ季節の船出からスマイルレクは六年目を迎えることとなりました。

会員の皆様ありがとうございます。「健康作りと仲間作り」「体と脳の若返り」を応援するレクダンス、どうぞお友達やお知り合いの方々に楽しさをお伝え下さいませ。

社会や家庭で充実した日々を過ごす為のスペースにスマイルレクを加えて頂けたらと願っています。

(バラバラ・サッサ。うん！楽しいね😊)

スマイルレク六年目を迎えて

副会長 中田 さとみ

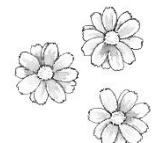
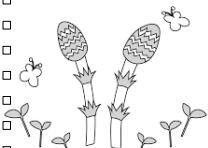


藤本、中田、森、岩城、真崎



スマイルレクは六年目を迎えたが、最近はコロナで十分に踊ることが出来なく残念ですが、それでもその中で出来る限りの努力をしていきたいとスタッフ一同頑張っています。

私達は三十年以上レクダンスをしていますので私にとつて人生の全てです。そんな訳でこれからもダンス、ダンス、ダンスの毎日ですが、人と人のつながりを大切に感謝の気持ちを忘れずに、皆さまと一緒にスマイル(笑顔)でいつまでも楽しく元気に過ごせればと思っております。



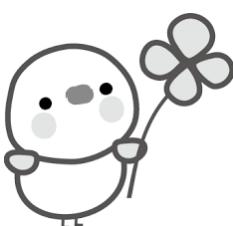
コロナに負けるな

監査 岩城禮子

コロナ発生から3年に入りました。いろんな予定していた行事が延期や中止になったりして気持ちが暗くなったりしています。

大変な日々が続いていますが、こんな時こそみんなでスマイルレクを盛り上げて楽しくダンスを踊り良い汗をかき健康づくりを頑張っていきましょう

6年目に入るスマイルレク進化あるのみ



仲間と共に生きがい活動

取嶋 美枝子

スタッフ一年生、傍目に見ていた仕事を学び実践していくたいと思います。ダンス仲間が集い繋がり踊る時のスタッフとして役立てるに良いなあ！応援を宜しくお願ひ致します。

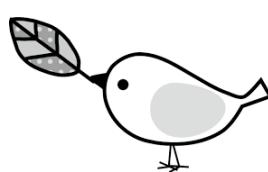
紙面をかりて日頃のレクダンスへの想いを紹介します：所属している教室の仲間達と共に健康的な日常を過ごせている自分は幸せだなあ！と喜んでいます。心を合わせて仲間と楽しく踊れること、他のサークルとの繋がりの場や発表会に参加できることが楽しいです。綺麗な衣装で写った記念写真も宝物です。

ダンス曲に関わる情報交換も結構楽しい。スマホで歌手情報等も調べます。嬉しい言葉は、『スマイル仲間・』『私ら仲間やん・』です。

完全に『生きがい活動』になっています。



できる」とから一歩ずつ 会計 藤本 篤子



毎週この日のこの時間、いつものメンバーと楽しく踊って快い汗を流す。時にはおしゃべり、笑いも絶えない。この当たり前の日常が心底待ち遠しいと感じた日々。

一人でストレッチしてみても、ましてや一人でダンスを踊っても楽しくはあります。皆で集まつてこそなのです。自肃・不要・不急、ツツしみ深い私たちばかりツツしましたけど、果たしてレクダンスって「フヨーフキュー」なの？と自問。運動不足やコミュニケーション不足は時に心と体のバランスを崩してしまいます。大好きなレクダンスは私にとって必要不可欠。皆で心おきなく笑いあえるその日が来るまでできることから一歩ずつ。人生まだまだ楽しみたいですもの。



【2022年度 行事のご案内】

スマイルレク主催

- ☆4月9日(土) みんなで踊ろう 2022
- ☆5月14日(土) いせトピア多目的ホール
第5回レクダンスパーティー(発表会)
- ☆12月17日(土) いせトピア多目的ホール
第6回レクダンスパーティー(発表会)
- ☆1月15日(日) 伊勢シティホテル
第4回ファンパーティー(新年会)

日本フォークダンス連盟三重県支部主催

- ☆5月22日(日) レクダンス巡回講習会
- ☆7月24日(日) レクダンス公認研修会
- ☆10月29日(土) レクダンス部5周年&スポーツフェスティバル



スマイルレク通信

発行担当者 森、真崎、藤本