



第8号 スマイルレク通信

コロナに負けるな！

森和子

春風に新しい季節の息吹を感じる今日この頃、いかがお過ごしでしょうか。

私達は現在新型コロナによる環境の変化や先の見えない状況、行動の不自由さの中で生活しています。イライラ、不安も高まります。このような状況では誰でも不調が起こって当たり前だそうで、不調を少しでも防ぐために、何ができるか考え、生活していくことが大切です。

- ★正確な情報を得る
- ★コミュニケーションをとる
- ★体を動かす(運動・散歩)
- ★好きなことをする(1人で、少人数でできる趣味

・興味・関心を見つけて楽しむ)



レクダンスに限りませんが、体を動かし、時には感動し、夢を持って生活したいものです。

今年のレクダンスパーティーは第5回記念です。少しでも盛大に開催したい等と欲は言いません。コロナを心配せずに安心して開催したいものです。出来れば12月にファンパーティーも開催したい。

コロナ禍のなかであっても、新しい生活様式のもと、会員の皆様が元気に明るく例会に参加されますように、スタッフ一同努力して参ります。今年度もどうぞよろしく願いいたします。



私の趣味

サポートメンバー 中村幸代

昨年からのコロナ騒動、外出はままならず家で出来る事、私には一つ有りました。長年稽古を続けている書道です。毎月初めに作品を書道雑誌に送る為、月末には必死で机に向かいます。漢字、かな、条幅と多く出品しているので大忙しです。辞書で字を探し、好きな書体で書きます。大変な作業ですが、これが楽しみでも有り、苦の種にもなります。自分が思う様に書き上がった時にはうれしく、又作品が雑誌の写真版に載ったら一人、ニヤニヤと何回も見てしまいます。



先人の言葉に「継続は力なり」と有りますが、最初は線がうまく引けなかったり、字の大小、バランスが悪かったりとか、色々苦勞しましたが、いつの間にか自然と出来るようになっていました。本当に長く続けるのが大切と感じます。まだまだ未熟ですが、字を書ける事に喜びと、幸せと、感謝です。

レクダンス、民踊と外で習う事も私にとっては楽しみの時間です。動と静、二つの趣味を持っていて良かったと思っています。これからも体が動くかぎり、長く続けられたらと願っています。



ひとりごと

サポートメンバー ペンネーム ミーちゃん

ある日曜日、こんな詩に出会いました。これは、孫(小二)が音読で私に聞かせてくれたものです。

ねこのこ

おおくぼていこ

あくび ゆうゆう
たまご ころころ
かくれても ちりん
よばれて つん

あまえて ごろごろ
けいと もしゃもしゃ
しかられて しゅん
ミルクで にゃん



なんとかわいい、ねこの様子が私の心を癒やしてくれたのです。それで私もこの詩を暗記し、いつか誰かに伝えられたらと思いペンを取りました。コロナ禍により、私達を取り巻く環境が変わろうと、それに対応できる順応性を持ち、レクダンスを楽しめるよう進んでいきましょう!!



今、これに熱中

サポートメンバー 田上京子

私が熱中しているものはレクダンスである。これまでバイオリンを習っていましたがダンスを始めてからはダンスの面白さに夢中になっております。私とレクダンスの出会い、それは義姉のとても軽い気持ちでのお誘いがありました。これが始まりです。私も軽い気持ちで教室に見学に行きました。扉を開けるとビックリです。悠の人達の人柄の良さと温かい空間にとっても嬉しい気持ちになりました。音楽に乗って踊っているのを見てステキだと思いました。迷わず入会です。早いものであれから8年が経ちました。今ではどっぷりはまりステップを楽しんでおります。何よりも体が丈夫になるのが嬉しいです。



最後に、今の時代に生まれコロナウイルスという目に見えないウイルスに負けまいようダンスの力と笑顔で乗り越えましょう。

《2021年度スタッフの紹介》 (企画と運営)

森和子(会長)、中田さとみ(副会長)、真崎恵理子(事務局)、藤本篤子(会計)、岩城禮子(会計監査)

《2021年度サポートメンバーの紹介》 (イベント当日の応援)

岡本三枝、田上京子、取嶋美枝子、出口昌子、戸村登志枝、中村幸代、中村博美、丸井恵子
森本冴香、宮本雅子



【2021年度 行事のご案内】

通信発行担当
森、真崎、藤本

スマイルレク主催

- ☆11月6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19日(日) 伊勢シティホテル
第4回ファンパーティー(忘年会)

日本フォークダンス連盟三重県支部主催

- ☆6月6日(日) レクダンス巡回講習会
- ☆7月25日(日) レクダンス研修会
- ☆10月24日(日) みえスポーツフェスティバル
- ☆2月20日(日) 全国レク指導者伝達講習会