



のんびり、マイペースで。楽しく!

尚、使用のラージボールは一般の球より四ミリ大きい四十四ミリです。(島崎)

### 社交ダンス

ふれあいセンターの新設をきっかけに社交ダンス部を発足。講師はとても熱心で解り易い指導してくださる「川竹先生」です。

『健康と老化防止』を現実の目標とし、ひそかに映画、シャル・ウィ・ダンスの主人公のような踊りを、そして初級者でも参加できるパーティーにデビューすることを夢見て練習中です。最初はぎこちないス

テップで相手の足を踏んだり蹴ったりでしたが一年間の練習で、ダンスらしい動きになりつつあります。先生のほめ言葉、土佐弁で「かなりやっちよりますねえ。」が皆の流行語になり和気あいあいであつと言う間の二時間です。

現在16名の部員(男性4名女性12名)ダンスを通じて親睦と交流、そして若返りには抜群の集まりです。皆さん一緒に社交ダンスを習いませんか。毎週火曜日の19時より。お気軽に声をかけてください。



参加お待ちしております。岩村クイッククラブ



息もピッタリの二人

### ダンス体験記

ドアを開けると、涼しい室内にワルツが流れ先生とレッスンの最中でした。夏の夜の2時間をワルツやタンゴを踊るのって素敵ですよ!私も少しは踊ることが

できるのかしらと、そんな気持ちで「ちょこつと体験」させていただきました。まず基本のボックス型にステップを踏むことから。先生と一様に踊ってもらいました。アツ・違った。また間違えた。ここはうまくついて行けたかな。そんなこんな思っているうちに曲が終わってしまいました。冷や

汗と緊張とで肩や足がコチコチ。周りの方からは「まあまあ上手にできていたよ。」といってくれただったのですが、これは土佐弁の「オダテ」よくわかっていません。でも、うまくリズムにのれたときは、自分でもいい気分だなあと。これは先生のおかげです。メン

バーは、ご夫婦が2組、男性2人、女性10人で最高齢の方は85歳だそうです。いつもお見かけしている、作業姿勢とは違ってお腰もシャンと伸ばし、レッスンを受けている姿は見違えてしまいます。また、先

おつしやる男性諸君はおられませんか? 私もやってみたいと思われる方、ぜひ参加ください。背筋を伸ばし、運動量も多いので心身共にリフレッシュ。ダンスは健康と若さを保つのにとてもよい方法だと思えます。メン

### パソコンクラブ



この真剣な...? 楽しく!

私達のパソコンクラブは男性10名、女性6名です。岩村公民館で木曜日夜7時