

第82号 2015年4月18日

発行:東京スクエアダンスクラブ 〒168-0065

> 杉並区浜田山3-26-24-113 会長 若松 訓

TEL/FAX: 03-3313-6017 E-mail: swaka78m@r6.dion.ne.jp



🥟 新しい仲間を迎えましょう 🥰



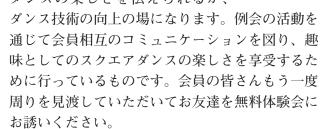
会長 若松 訓

平素から、それぞれの立場でクラブ活動にご協力いただき心から御礼申し上げます。「We ♥ 東スケ」をキャッチフレーズに今年もおおいに楽しみましょう。

東スケは、スクエアダンス・ラウンドダンスを 楽しむ人達の集まりです。会員同士親睦を図り、 明るく、楽しくダンスを踊ることが目的で、毎土 曜日の例会が活動の根幹になります。

趣味の会ですから、スクエアダンスを通じて交流を図り、仲間との輪を広げ、豊かな時間を一緒に過ごし、お互いに理解を深めていくことが肝要です。

創立53周年を迎える今年は2月28日、3月7日の 無料体験会を経て、3月14日から「初心者講習会」 を開催します。初心者講習会は新しい会員に入っ ていただくために毎年実施していますが、決して 初心者の為だけに行っているのではありません。 毎年Basic講習からスタートし、MSの講習を経て 踊り込みを1年かけて行う例会は、東スケの活動 の根幹です。2年目の方には2年目の、3年目の方 には3年目の、また男性役に挑戦する方にとってはその方の講習会になります。ベテランの方にとっても、どうしたら素敵なリードが出来るか、スクエアダンスの楽しさを伝えられるか、



ただ、一方ではダンスだけでなく、コスチュームをつくる楽しさや、おしゃべりする楽しさ、外部のパーティに行きスクエアダンスの輪が広がる事や、海外に踊りに行くこと等々、色々な楽しみ方があると思います。

今年も新しい仲間を迎えて、健康に気をつけて、笑顔でダンスを楽しみましょう!!



総会はクラブ運営活気度のバロメータ

糸原 淳一

「平成27年度総会」は4月4日土曜日の例会前に開催。今回は会場の都合で例会前の17:00より開催となりました。

総会は本年度の活動および会計報告、次年度の活動計画と予算を議論します。そして会員の自由な発言の時間があり、その後会長、副会長、各委員会チーフなどの選挙がおもな内容です。

総会はクラブ運営活気度のバロメータです。だ

から会員の声、ダンサーの声が大切。大げさなことではなく、身の回り半径1.5mのささいなことの意見や感想こそが重要なのです。総会で議論するようなことではないけれど、知っていて欲しい気持ちを述べることに意味があると思います。

そんなわけで、さらにバージョンアップした東スケをつくるためにも、総会は例会と同様に大切なメニューのひとつだと思うのです。



東京ジャンボリーに参加して



2014年12月7日(日)すみだ産業会館にて第32回東京ジャンボリーが開催されました。 参加者750名、東京SDCから60名、コーラーも当クラブから6名が参加されています。

東京ジャンボリーに参加して

佐藤 静枝

一昨年に引き続き、2度目の参加になります。

今年は当クラブの旗を持って参加させていただく こととなりました。

だいぶ前から並んでいて、前の方の振りを見て、いろいろ考えましたが会長さんからの指示通り、佐藤さんと2人で手を振って、笑顔で歩きました。どのようにご覧いただけたかはわかりませんが、赤いコスチュームの皆さんの顔が見えてくると安心し、ほっとしました。

しかし、並んでいて驚いたのは、東京にこんなに沢 山のクラブがあることです。そして、東スケは、そ の中心なんだなぁと、つくづく誇らしく思いました。

もう一ついいことがありました。

私をこの東スケに誘ってくれた小林さんは、昨 年、長野に越されましたが思いがけず、ジャンボ リーに来られ、再会しました。

このダンスに巡り合っていなければ、なかなか会 うことも難しいと思います。

世界が広がり、また、つながりは濃くなった… そんな感じです。

あと、ジャンボリーの楽しみはお買い物です。

皆さんがいろいろなものを作っていたり、楽しんでおられるのが伝わってきました。今年は、シューズとアクセサリーを買いました。これも楽しみの一つ、楽しかったです。

東京ジャンボリー

馬場 孝

西銀座で年末ジャンボ宝くじを2014127~連番で10枚買って財布にしまって、すっかり忘れていました。

12月7日の東京ジャンボリーに参加し楽しくスクエアダンスを間違いながら踊りました。

なんてスクエアダンスは楽しく、面白いんだ! 時々パートナーの足を踏みつけたりしながら鼻の下 を長くして踊りまくり良い気になっていたら、なん とサプライズ2014127が当たったんです。有頂天に なってよし!家を買って白物家電を買換えて、豪華 客船で世界一周旅行にも行ってと不動産屋に進めら れるままに見晴らしの良いマンションの契約書にサ インをしようとした瞬間にパッと目の前が明るく なってアレアレ!

何が起きたんだと思っていると目が覚めたんですネ!東京ジャンボリーと年末ジャンボ宝くじがゴチャゴチャになってました。初夢か?私は夢見る男か?スクエアセットとコールが聞こえました。あなたのおうちはどこ?と言われ・・・・。

人生とは不安なもの、不安なまま安心できる道を 発見しよう。







第32回東京ジャンボリー 12月7日(日)に参加して

佐藤 節子

初めて東京ジャンボリーに参加しました。

鮮やかなコスチュームを着た各クラブの人で会場 はとても華やかでした。

一曲目は、東スケの方と踊っていただき、安心してスタートできました。例会と違い、他のクラブの方とご一緒するのはとても緊張します。でも、セットでひと回りする頃には皆様ニコッとして下さり、私も少しホッとしました。

コーラの指示通りにできなくて途中で止まってしまっても上手にフォローして下さったり、「次はがんばりましょう」と声をかけあったりして、音楽が終わった後には、一緒に踊って下さった7人の方へ心から「サンキュー」でした。

この会場にいる皆様のように、少しでも、上手に 素敵に踊れるようになりたいと思いました。

とても楽しいパーティーでした。













2014年12月20日(土)東京SDCクリスマスパーティーが開催されました。 2014年最後の例会でした。クリスマスパーティーは今年も楽しい企画で盛り上がり、 豪華なスナックに会員も大満足でした。企画委員、スナック委員の方本当にご苦労様でした。

初めてのクリスマスパーティー

荒井 慶子

入会してから内外含めてパーティーへの参加は初めてでした。

この日を機にコスチュームを着ることへ挑戦しま した。にもかかわらず、ダンスシューズ等々を忘れ てしまい、中途半端な姿に身の置き所が無く相当落 ち込んでしまいました。

それでも同期のサポートと先輩方の励ましで気持 ちを切り替えることができました。 会場は隅々まで飾られ、メンバーさんのクリスマスモード全開の姿に自然と笑みがこぼれて来ました。

ビンゴゲームの後、輪になってのフォークダンスでは、半世紀前の懐かしい記憶が甦り、楽しい時を持つ事ができました。

豪華メニューのスナックにも感動しました。

企画、準備、進行などにご尽力下さった皆さんに 感謝です。

ありがとうございました。















クリスマスに思う

前野 朋紀

昨年の12月20日クリスマスパーティーが行われました。仮装した司会者に、ビギナーを中心としたグループが聖歌隊らしき衣装で讃美歌を歌い、余興で踊ったのが慣れないフォークダンスという具合に、笑いとユーモアの中に楽しい一夜でした。

ところでクリスマスは、一般にはキリスト教の行事と思われておりますが、キリスト教側の方では必ずしもそうでもない様です。その理由は聖書に記述がないからとのことです。ある宗派の方が「クリスチャンは、聖書に記述されていることを行動の規範としているので、聖書に記されていないことは行ってはならない」ということを話されました。

今日本ではクリスマスが盛んです。というよりクリスマスパーティー、クリスマスセール等の様に頭にクリスマスという言葉をつける行事が多い様です。一部には「クリスチャンでもないのに」と眉をひそめる向きもありますが、私は一向に構わないと思います。これにより人の和が保たれ、商売繁盛すれば大変結構なことだからです。ましてや聖書にない言葉なのですから。

最後に以上のことを東スケ流に句でまとめました ので御笑読下さい。

信問わず来たれ楽しめクリスマス













。 ● ① 新年会を 行いました! 。 ● 。。。。

小笠原 常太

1月31日、通常の例会を14時から16時40分に繰り上げ、17時10分から方南町の中国料理、上海台所にて新年会を開催、例会に出席出来なかった方の参加も多数あり、約70名と大勢のメンバーが集まりました。若松会長の挨拶ではじまり、各自料理に舌鼓をうち、お酒がはいったおかげで会話にも花が咲き、とても賑やかな会となりました。お店を貸しきって

の新年会となったため、終始和やかで、日頃なかな か話す機会のない方とも打ち解けることができ、 メンバーとの親睦をはかるにはよい会であったよう に思います。今年もスクエアダンスを通じてメン バー全員で更にクラブを盛り上げていこうというこ とで終了しました。















各委員会より



企画委員一年生

江部木 すみ子 奥田 三重子 堺井 明子

私達は誘われるままに、企画委員を引き受け、一年 になろうとしている三人組です。

最初のスマイルパーティのコサージュ作りでは、 花の色合わせや大きさ等相談しながらも作業する 手・目は真剣そのものでした。完成したコサージュ は一つ一つ美しく満足しました。

アニバーサリーでは、受付係に配属された私達は、失礼のないよう気配りし、お客様を迎えることができました。当日は、悪天候にもかかわらずたくさんのお客様がいらして下さり、嬉しい気持ちで一杯でした。

クリスマス会の事前のプレゼントの買い物、そして、会場の飾りつけ・ゲーム・レクリエーションのフォークダンスと楽しく進めることができました。

今年二月には、小旅行が企画されていますので、 皆様奮ってご参加下さい。お待ちしています。

すべて先輩のご指導により活動することで楽しく 充実した一年間を過ごすことができました。





普及委員より

勝 芳博

新しい年を迎え、我がクラブもいよいよ新人を迎える時期になりました。

現在、1月にチラシ配布と広報すぎなみ1月22日号に募集掲載、2月に区内掲示板に告知と一般紙に募集掲載、2月28日と3月7日に無料体験会を実施、3月14日から新人講習会を開始の予定で動いています。

繰り返しになりますが、募集の一番の力はクラブ 員皆様の"声掛け"につきます。今一度、周りの方 を見回し一声かけてください。

見学はいつでも大歓迎です。ちょっとでもスクエ アダンスを知っていただくだけでも幸いです。

一声よろしくお願いいたします。

ねぇねぇ・・・「頭のメタボ」、防ぎましょう!

平成27年度

スクエアダンス講習会のお知らせ

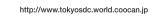
スクエアダンスは「リズムに乗って、コールを聞いて、頭で理解し体を動かす」非常にゲーム 性の高いダンスです。ステップは歩くだけですが、脳はフル回転。ムリなく頭と体が刺激 されます。ダンスのあとの心地よい開放感がたまりません!



左記の無料体験会でスクエアダンスをご紹介します。 お友達、ご夫婦、親子などどなたでも自由に体験できます。 ぜひ体験会にご参加ください。



- ●いずれも杉並区方南会館・地下ホール(下地図参照) ●当日、直接会場へ18:00にお越しください。
- ●東京スクエアダンスクラブのホームページもご覧ください。





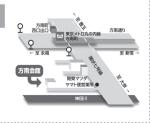
ーールニィ+ール スクエアダンス講習会参加募集について

期間……3/14(土)~7/11(土)の毎週土曜日 18:00~20:30 約4ヶ月 全17回予定

 募集……小学生以上ならどなたでもOK (ただし小学生は保護者の方の参加が必要です。)

3 費用……一人 8,000円(全17回分) ※小中学生は無料 場所……杉並区方南会館・地下ホール

杉並区和泉4-42-5(右地図参照) ※地下鉄丸ノ内線中野坂上駅乗換え方南町下車徒歩8分



連絡先・お問い合わせ



主催:東京スクエアダンスクラブ (一般社団法人日本スクエアダンス協会会員) 後援:一般社団法人日本スクエアダンス協会、杉並区教育委員会

- ●若松 TEL/FAX 03-3313-6017
- ●勝 TEL/FAX 03-3325-3452 携帯 090-9844-1221

ようこそ特別例会へ

指導部担当 大崎 和代

皆さん幸せを感じて伸びる神経細胞「スピンドル ニューロン」という神経細胞をご存知ですか?

嬉しいことや楽しいことがあるなど幸せを感じると伸びる神経細胞です。左目の側頭葉より少し右の位置にありトータルで3km位は伸びるとの説もあります。アメリカの解剖学の研究を通じて発見されたそうです。

「スピンドルニューロン」が伸びると「人間にとって良いことしか起こらない!」と。どういうこと?

めげない強い心をつくり、やる気が出てくるそうです。そして一度伸びたら二度と縮まらない。伸びれば伸びる程ストレスに抵抗できるだけの強い力が備わり我慢強くなり気持ちが前向きになる。ほオー! どんな時に伸びるの?

- 第1「我慢してやってきたことを褒められた時」
- 第2「一生懸命やって漸く出来た。やり遂げた時の 達成感、充実感 |
- 第3「美味しいものを食べた時、美しい風景をみた時 プラスの刺激を受けた時|に伸びるそうです。

月1回、第一火曜日の特別例会はそれに相応しい場だと思いませんか。目的意識を持ってやり遂げた時の達成感と、たとえ間違っても笑うことで緊張が解れ、美味しいスナックをいただきながら参加者との談笑!!

皆さん御一緒に「スピンドルニューロン」をどん どん伸ばして、これからの人生、幸せに過ごしま しょう。どなたでも、いつでもウエルカムです。お 待ちしております。矢口さ~んお 蜜柑の差し入れご馳走様でした。

シシシシシ 特別例会スケジュール シシシシシ

■ 2015年(4月~)

《会場》方南会館ホール

《時間》18:00 ~ 20:40 (火曜日) 《目標》メインストリームまでの動作

の復習を基本に、踊りこ みを兼ね、楽しく踊れるよう にする!

- ☆どなたでも参加できます。
- ☆男性役 大歓迎!
- ☆内容についての希望・問合せ・・・ 随時受付けています!

エンジェルさんで1セット出来る時は MSを1チップ入れます。 (都合により期日、テーマ、担当を変更する事があります、その時はご了承願います)

期日	内 容
4/14	・ Dixie Style To An Ocean Waveの復習
(火)	・ 3月の復習(Half Tag/Tag the Line,WaveルールとWaveからの復習
5/12	・Walk & Dodgeの復習,Wheel&Dealの復習
(火)	・Cast Off 3/4,Spin The Top,Circulateの復習
6/9	・ Scoot Backの復習
(火)	・ Wrong Way Anythingの復習
7/14	・ Cross Run,Cross Foldの復習
(火)	・Recycleの復習
9/8	・ Spin Chain Thru,の復習
(火)	・ Leftから始める動作の復習
10/6	・ 総復習(苦手動作と思われるものを参加者それぞれの判断に
(火)	お任せしますので復習をお願い致します)
	・ダンサーからの要望を復習

貴方の上達のために、まだチョット自信のない人、不安な人、大歓迎!! (指導委員会)

▼ 今後の行事予定

★6月20日(土) 越谷SDCとの合同例会

草加アコスホール

(イトーヨーカド―草加店内6F, 7F)

ダンスタイム AM10:00~PM15:00 親睦会 PM15:00~PM16:30 ★7月18日(土) スマイルパーティー

★ 8月23日(日) Dosado

編集後記

今回の機関紙も、多くの方々が執筆してくださいました。"短文でもよいので・・・"との広報委員会の意向に ご理解と御協力をくださった皆様に、ただただ感謝するばかりです。ありがとうございました。

広報委員会 板垣 越子、上田 有理