

地域のサークル活動

「新しい生活様式」で再スタート

第2弾

新型コロナウイルス感染症が長期化する中でも、しっかり感染症対策をとり、頑張って活動を続ける団体があります。今号は、昨年9月に掲載した地域コミュニティ施設のサークル活動特集の第2弾です。皆さんも、サークル活動で心と身体をリフレッシュしてみませんか。



さあ、新しい日常へ。 New Lifestyle, New Niigata

サークル紹介①

ジュニアバレエ (上山コミュニティハウス)



子どもたちに、踊る楽しさを伝えています



丸山美絵子さん (代表者)

上山で指導を始めて3年が経ちました。幼児・小学生・中学生のクラスがあり、「仲良く・楽しく・丁寧」を心掛け、指導しています。市内の幼稚園やスポーツクラブ内でも教室を開催しています。

緊急事態宣言の時は自宅でバレエストレッチなどに取り組んでもらったり、友達に会えない不安な日々を送る子どもたちのために、バレエの絵を交換して交流できる場を設けたりして、励まし合っていました。

消毒・換気の徹底はもちろん、明るく・親しみやすく・継続しやすい教室です。身体も柔らかくなり、リズム感や美しい姿勢も身に付きます。お気軽にお問い合わせください。

☎丸山 (☎ 090-3434-1004)

サークル紹介②

スクエアダンス

新潟レッドシユーズ (関屋コミュニティハウス)



年代や経験を問わず、楽しくダンス!



新田有子さん (指示者)

スクエアダンスとは、米国生まれのフォークダンスの一種で、軽快な音楽に乗って、指示者のコールに従い、8人が隊列を組みながら一緒に歩いて踊るものです。激しい動きはありませんが、隊列の動き方は100通り以上あります。何を指示するかは指示者次第で、パズルのように考えながら、自由自在にダンスする独特の面白さが魅力です。

コロナ禍のため、指示者以外は極力話さず、お互いの距離も近くなることから、ダンス後の消毒は欠かせません。最初はうまく踊れなくても、笑顔で受け入れてくれる仲間がたくさんいます。ぜひ一度、体験してみませんか。

☎佐藤 (☎ 090-3517-1197)

サークル紹介③

太極拳 めざせ!100歳!! まる太極の力 (自新コミュニティハウス)



目標は100歳まで元気に動くこと!



波多野久子さん (責任者)

太極拳は、体の自然な動きを意識して行う武術です。歳をとっても元気に動ける体を目指して活動しています。健康のために大切なのは、「正しく歩き、座り、立つ」こと。全部で24通りある形の練習や、音楽に合わせた舞、ストレッチなどを通して、正しい体の使い方を身に付けていきます。太極拳をしている時間だけでなく、日常生活の中でも活かせるようになることが目標です。初めは形を覚えられないか不安な人も多いですが、何度も繰り返しやっていくうちに、自然と身につきますよ。

今は換気や消毒を徹底し、コロナ禍でも元気に活動しています。ぜひ体験してみませんか。

☎波多野 (☎ 090-7727-5126)

新潟県内 新型コロナウイルス感染症警報発令中

○本誌掲載のイベントの開催状況については、事前に各問い合わせ先に確認してください。 ※掲載情報は2月1日時点のものです。
 ○イベントの会場では、マスク着用(乳幼児を除く)をお願いします。また、受付などで検温および手指の消毒をお願いする場合があります。当日、体調に不安がある方は、参加をご遠慮ください。