



HAPPY HEART 会報

NO.61 平成 22 年(2010) 12 月 21 日

発行 多摩スクエアダンスクラブ (ハッピーハート)

〒206-0822 稲城市坂浜 3173-3 中村 禮子 方

TEL&FAX : 042-331-0711 E-mail: rei-n@mtc.biglobe.ne.jp

新しいメンバーをお迎えして

会長 中村 禮子

今年のビギナー講習は4月から始まりました。講習も無事終え、新しく入会いただいた四人の皆様がた、ようこそ私たち多摩ハッピーハートへお出でいただきました。会員一同大変嬉しく思っております。お仲間が増えていくことで会がますますにぎやかで楽しくなり、また新しい出会いがあり活動も充実していきます。

特に今年の四人の皆様は、踊る時の笑顔が素敵で、すばらしいなあと思っています。スクエアダンスの一番の基本は、笑顔で楽しく踊ることです。これから末永く一緒にスクエアダンスを楽しんでまいりましょう。今回は、皆様にスクエアダンスを踊るにあたってのマナーをお話しておきたいと思います。スクエアダンスの一般的なマナーは、「スクエアダンス10則」の中で語られていますので、そちらを十分に読み込んでください。

ここでは、主にパーティーに参加した時のマナーを、まとめておきます。

1. パーティーに参加する時は、必ずコスチュームを着用して参加してください。
2. 指定された靴に注意してください。
3. 自分達のクラブバッジを、必ず胸に付けてください。
4. S協会員証のカードを持参してください。
5. 一年間は、DOSADO バッジを付けて踊りましょう。ビギナーさんだと分かり、周りの方が気をつけてくださいます。
6. 女性が男性役をする時は同じセットの方達が踊りやすいように黄色いたすきをかけています。
7. 女性は尖った指輪、ブローチに気をつけてください。引っかかって周りの方が傷つくことがあります。
8. 人をえり好みしてはいけません。誘われてお断りした場合、そのチップは他の方とも踊らないのが礼儀です。
9. 待っているばかりでは踊れないことがあります。自分から積極的に「お願いします」と声をかけいろいろな方々と踊りましょう。スクエアダンスはコミュニケーションダンスなのです。
10. 香水はつけないのが礼儀です。
11. 汗には注意し、下着を身に着けるとか、コスチュームの替えを用意しましょう。
12. セットを作る時、セットの中を横切ったり、通り抜けはしないというのが、礼儀です。
13. 貴重品はなるべく身に付けるか指定されたバッグ置き場におきましょう。自己管理が原則。
14. スナックの紙コップは、自分の名前を記入して、その日一日中使用します。
15. 自分のお弁当等のゴミは、必ず持ち帰りましょう。
16. 疲れて休む時は、会場の外のスナックの休憩所で休みましょう。
17. 会場の中に、クラブ員の人達との居場所を決めて置きましょう。相手がなかなか見 つかからない時、声をかけてもらいやすくなります。

以上、これからパーティーに出る時の心構えです。パーティーに出ると、ますますダンスの世界が広がり、楽しくなってきます。お声をかけていきますので、一緒に楽しんでいきましょう。

第 33 期ビギナー講習会を終えて (2010.8.3 卒業式)

..... 武藤 淑子さん

パソコンに向かってばかりいて、何か運動をしなくては、と考えていたところに会長さんからビギナー講習会のお知らせを頂きました。これはチャンスと思い立って、気持ちを振るって恐る恐る受付まで来ました。「いらっしゃーい！ようこそ！」と親しげに受け付けの方が声をかけて下さって、ホッと、ああこの雰囲気なら大丈夫かな？と半信半疑、会長さんの「ああ、武藤さん！」とわたしの存じ上げている会長さんのイメージとは全く違った素敵な可愛らしい、はつらつとしたお姿に、えっ！こういうふうになれるの！と、ピピッと意欲がわきました。

毎週講習はどんどん進み、コーラーさんのコールに従い楽しくステップしていましたが次の週にはコロッと忘れていて、突っ立ってしまったりしていると先輩方に引っ張ってリードして頂いたり、動きを復唱していただいたりお世話をお掛けし通しでした。「覚えられない・・・。」と嘆くと「大丈夫、大丈夫。繰り返し、繰り返しよ。次のビギナーさんの講習の時には、ああそうかと分かるわよ。私達もそうだったから。」との励ましのお言葉に力を頂き「そうかしら？」と思いつつも、ステップを踏んでいるときは楽しくあつという間に講習は終わりました。

素敵な諸先輩方のお力で卒業できました。ありがとうございました。また、会の皆さんがいろいろと力を合わせて応援して下さい、とても感激いたしました。パーティーでお会いした多くの、多分自分よりはお年が上と思われる方々のはつらつとしたお姿にも別世界に入った気がします。スクエアダンスについては本当に知識がゼロで分からないことばかりです。ご迷惑をおかけすると思いますと不安がいっぱいですが、皆様とお会いできた機会を大切に楽しく続けたいと思います。これからもどうぞよろしく願います。

..... 佐久間 寛明さん

杉山さんからお誘いを受け初心者講習会に参加した。最初は簡単だと思った。会長を始め皆さんが熱心に指導して下さいるので毎週火曜日はスクエアダンスの日になってしまった。元々、曲にあわせて身体を動かすのは嫌いではないので何ら問題はなかった。

一定のルールは有るようだが余り拘りが無いダンスの様でもある。最初、フォークダンスの一種類だとも説明されたがイメージとしても違った。

二人ずつそして4組の計8人で踊るダンスでもある唯一の約束事はコールする人の言うとおりに動かなければならないと言うのが厄介だ。前進と後退、右回りと左回りその繰り返しであることは間違いないのだ。前進一つとっても右足から出るのか左足から出るのか？

と言う疑問にぶち当たるのだが誰に聞いてもどちらからでも良いと言う。確かに離れて踊るので足を踏んだりけったりは無さそうだ。

半年過ぎて何となく判って来たような気がしてきた。易しいと思ったスクエアダンスがやればやるほど難しくなって来た。まあ三年くらいやらないと一人前とは言えない様だ。

上級者と初級者はどこが違うのだろうか？コーラーの言ってる事をいち早く察知し身体に伝達するだけである。時折、良く見るとコーラーが発しない前に動いている人が居る。本来はいけないらしい。しかし、大体次の動作が予測出来るようでもある。例えば「手を繋げ」と指示が有るとそれは左に輪になって動く動作が殆どだ。これを慣れたと言っている人も居るが他所で聞いたところコーラーの指示を待ってから動かなくてはいけないそうだ。

(次ページに続く)

そうすると余程タイミング良くコールして貰わないと踊れない事にもなる。

これからはもっともっと面白くなって来ると思うので火曜日はスクエアダンスの日にしよう！！健康第一ですからその為にも身体を定期的に動かすのは好い事だと思ふ。

…………… 小野 典子さん ……………

平成21年5月、私は九州の某大学附属病院に入院していました。長年の股関節の痛みに別れを告げ、健康で楽しい60代を迎えるべく、予定より2年程早く手術を受けました。その後、半年間のリハビリは順調に進み、健康な歩行や生活を取り戻せるか・・・との手術前の不安はすっかり消え、在職中にはできなかったウォーキングや銀ブラ、温泉旅行と毎日健康のありがたさを噛み締めながら生活を楽しんでおりました。

しかし生活に少しもの足りなさを感じ始めていた頃、縁あって自宅近くに職を得、仕事を再開いたしました。職場は自宅から10分足らず、仕事中はほぼパソコンの前に座り「運動不足だなあ」と思っていた矢先に職場で八束さんから「スクエアダンスやってみない？」とお誘いを受けました。丁度何か運動を始めようかな・・・と思っていた時期だったこともあり、その場で「見学」をOKしました。ところが見学で訪れたその日から部屋に入ると同時に皆さんにお声をかけていただき、気がつけばスクエアの一員として楽しく身体を動かしていました。

今思えば、ハッピーハートそのものに皆さんが笑顔で楽しそうにダンスを楽しんでいらっしやることや、親切に講習をしてくださり、まごまごしていると優しくリードしてくださるその雰囲気、その日のうちに私は何のためらいもなく、心から「楽しいな、是非続けよう」と思った次第です。

スクエアダンスは、身体的には術後の私がやるには丁度良い運動で、英語でのコールを次々と身体で体現していくのも、これから緊張感が少なくなる年齢に差しかかる私にはいい刺激だな

あ・・・と。日ごろよりスクエアダンスを大絶賛していました。そうしましたら、来春に仕事を定年退職する友人は、八王子でスクエアダンスを始めたようです。男性が少なく、彼女は初めから男性役をやらされているようです。私たちは学生時代に新体操をやった仲間です。(二人とも今はすっかり面影もありませんが・・・)まだまだビギナー講習を一通り終わったとは言え、周りの先輩方にうまくリードされてやっとなついていっている程度です。ダンス中に少しボーっとすると、頭が真っ白になり「私は誰？ここはどこ？」状態に時折陥っています。それでも優しく「ドンマイ、大丈夫よ」と本当に優しく励ましてくださる多摩ハッピーハートの先輩方に大変感謝しています。この場を借りて皆様にお礼申し上げます。それから、どうぞこれからもよろしく願いいたします。

…………… 生方 久美子さん ……………

仕事と家の往復で日々過ぎていき、もう少し世界を広げるために何か始めたいと思っていました。ポストに「ハッピーハート」のチラシが入っていました。ある日新聞を開いたら「ハッピーハート」の募集と目が合い、その日何気なく多摩テレビにチャンネルを合わせると皆さんが踊っていました。「今が始めるタイミングかも…。」そんな気持ちになりました。ついていけるかな、と不安でしたが、みなさんやさしくて、ほんとにいい方達ばかりでした。

今だに集中力は切れるし悪戦苦闘って感じで毎回過ぎていきます。いつも親切にフォローして頂いて感謝しております。次の日は足取りも軽く、いつもより元気な自分になっています。もう少しスムーズに踊れるようになりたいものです。みなさんよろしく願いします！！

33期ビギナー講習は4月6日の体験日より始まり8月3日に卒業式が行われました。今回は男性1名、女性3名計4名の方がクラブ員として加わりました。



左より 生方さん、武藤さん
佐久間さん、小野さん



8月3日卒業式パーティーお客様、川崎 HH、
むさしの練馬SDCとクラブ員の記念写真

第1回ハッピーハートグループ合同パーティー (2010.11.23)

楽しい合同パーティー

初山 矩子

この季節にしては暖かい11月23日にH・Hグループ第1回合同パーティーが国立オリンピック記念青少年総合センターで開催されました。五つの姉妹クラブが色とりどりのクラブコスチュームで総勢200人の参加だそうです。

最初はどうしてもクラブ員同志で組んでしまいましたが、慣れるにしたがって他のクラブの人達と踊る様になりました。姉妹クラブという事で今迄あまり面識のなかった人でも「こんにちは、これからは、これからも宜しくね」と和気あいあいと楽しく踊り、会場は熱気があふれ少し狭い様に思いました。コーラー、キューアさん達もとても素晴らしく、こんな豪華なメンバーさんのコールで踊れるなんてとても幸せです。あっという間に最後のチップになってしまい「もう少し長く踊っていたかった」のが私の本音です。

17時30分からの懇親会も140人の人が参加し、我がクラブの渡辺るり子さんの司会で高瀬会長さんはじめ、各クラブの会長さん、コーラーさん達の楽しいお話と立食で盛り上がりました。来年も又、必ずやりましょうという事で楽しい一日が終わりま

した。あまり疲れも感じず充実した日でした。次回を楽しみにして家路に着きました。

踊り込みパーティー

中川 禮子

第一回姉妹クラブ合同パーティーに参加させて頂きました。多少、緊張しながらクラブコスチュームに着替えて入場しました。会場は手際よく準備され、各クラブの旗が壁に張られ、マイクもスタンバイされ、私達ファミリーのコスチュームが会場を華やかに映していました。

パーティースタートは足慣らしにと、奥村さんのソフトなコールで始まりました。踊るにつれ徐々に緊張もほぐれ、周りを見渡す余裕も出てきました。中盤には会場の雰囲気も最高潮に達して、思い思いに歓声を上げたりしてダンスを楽しんでいました。今迄、様々な経験をした私ですが、こんな楽しいパーティーは初めてです。素晴らしいファミリーの一員になれたことを実感致しました

ダンスは「手と手」「目と目」を合わせて本当にハッピーですね。間違っても笑顔でリードしてくれると、気持ちに余裕が出来、(次;ページに)

何故か親近感を持ってしまいます。気がついてみれば、ラウンドダンス、ワンチップを残して夢中で踊りきりました。心地よい疲れを感じ帰路につききました。

当クラブの、多才なコーラーさんと親しく笑顔を

交わす多くの仲間と、素晴らしい輪の中に入会できましたことには、大変恵まれていると感じました。これからも機会ある毎に参加し、おおいに楽しみたいと思います。皆様お疲れ様でした。そしてこれからもよろしくお願ひ致します。

ホームページ掲載条件により、写真は割愛します。
ホームページ内に別掲しておりますのでご覧ください。

	ダンス	懇親会
越谷ハッピーハート	77	42
川崎ハッピーハート	15	15
静岡ハッピーハート	21	21
むさしの練馬SDC	47	27
多摩ハッピーハート	34	32
合計	194名	137名

大変盛り上がった踊り込みと懇親会です。今後合同パーティーを年1度の恒例とし来年はクリスマス会として草加アコスホール（12月23日）での開催を予定しております。ふるっての参加をお願いします。

..... プラス講習会を終えて

川崎ハッピーハート澤田 和子

MS から PLUS に進むにつれてスクエアダンスの楽しさをだんだん感じるのが嬉しく思いました。MS では時々自信もなくなり暗い顔で踊っている自分が今は楽しく踊ってる……。

これもコーラーの市村さん、優しいお仲間巡りに巡り合えたお陰だと感謝をしております。

少しでも早くパーティーで PLUS が踊れるようにと頑張ります。

これからも宜しくお願ひ致します。

特別企画 多摩ハッピーハートの歩み 第4回

『痛くても楽しかった』

尾崎多恵子

私が職場の友人に誘われて多摩ハッピーハートの戸を叩いたのは昭和58年2月だったと思います。既に第3期初心者講習会が始まっていました。

コーラーは中島さん(ラディッシュ)、その頃、辻田さん(越谷)はコーラーを始めて間もない頃でした。ビギナー7名、卒業6名だったと記憶しています。今もSDを続けているのは私と金子Jrさんだけです。見学のつもりがいつの間にか前週までの動きを次から次へと説明されて、お仲間に入れていただきました。

職場から道をはさんだ第2文化センター3階講座室。せまい部屋でしたので机は隅に重ねていました。クラブ員だけだと当時は2セットなのでそれでも良かったのですが、お客様がいらっしゃると3セットはきつい！机はいつしか廊下へ。4セットとなると椅子も邪魔になる。何度か5セットができた時があり動く度にぶつかり靴も踏んで踏まれ。痛い思いをしながらもそれはそれで楽しめました。「例会場がせまいとその部屋に見合った人数より増えない」と誰かが言っていたような。

そのうち月の半分は現在の広い部屋が使用できるようになり、いつしか毎週使用できるようになりました。クラブ員も徐々に増え、広々と踊りを楽しめるようになりました。しかも、当時は大きなスピーカー一対(確か辻田さんからお借りしてた)とアンプ器具類は現在の女性の更衣室として使用している団体集会室に保管できたので器具運搬しなくてすんでいました。

器具運搬にご協力して下さっている方々、ありがとうございます。車での運搬なので例会時間にあせらず事故のないように安全に気をつけてよろしくお願いいたします。

22年度ハッピーハート後期(2011年1月～3月)・都連行事も含む		
1月7日(金)	新年会	福寿庵
2月5日(土)	第62回 Do Sa Doパーティー	東京体育館メインアリーナ
3月12日(土)	第2文化センター祭り	第2文化センター
3月13日(日)	第3回東京Teacup パーティー	大田区産業プラザ
3月27日(日)	第29回アニバーサリー (26日前夜祭)	稲城市総合体育館

編集後記：三枝さんより広報を引き継いで初めての会報発行ですが、原稿を快く引き受けて下さった方々、及びパソコン編集でお世話になった桜井氏に心よりお礼申し上げます。合同パーティーも無事終わりました。次のアニバに向け頑張りましょう。(MT)