

きほく人奮闘記



鬼北スポーツダンスサークル

近年、テレビ番組などの影響もあり、「社交ダンス」を目にする機会が増えてきたのではないのでしょうか。今年13年目を迎える「鬼北スポーツダンスサークル」では、現在男性4人、女性8人の12人のメンバーが、社交ダンスに魅せられ、取り組んでいます。

自身が主催するダンスパーティーや、各地区で行われる文化祭など、年間を通して精力的に活動している当サークル。現在、毎週日曜日はプロの先生による指導を受け、火・木曜日には個人練習に汗を流しています。ワルツのような優雅なものから、サンバのような

スピード感のあるものまで、会員の皆さんは曲に合わせて多彩なダンスを繰り広げています。

会長の青木武司さんは社交ダンスの3つの魅力を語ります。まず、一つ目は「相手と呼吸を合わせ、助け合いながら踊ること」。「社交ダンスを通して、相手を思いやることの大切さを改めて実感した」と、笑みを浮かべます。2つ目は「自分の年齢や体力に合ったダンスができること」。社交ダンスには、ゆったりとしたものからキレのある動きのものまで、全10種類のダンスがあります。その中から、自分に見合ったものに挑戦することができます。そして、3つ目が「体力・健康維持に効果的なこと」。青木さんによると、普段使わない筋肉を使ったり、知らず知らずの内に規則正しい動きをするため、自然と姿勢が綺麗になるそう。会員の中には「肩こりが治った」と言われる方もいます。また、基本姿勢が肺を広げてお腹を引っ込める体勢を保ちながら踊るため、内臓にも良いそうです。

「まずは自分が楽しみ、見てくれる人も楽しんでもらう踊りをすること」を目標に、さまざまな音楽に合わせて、思い思いに踊りを楽しんでいる皆さん。青木さんは「社交ダンスに興味がある方はぜひ一度遊びに来てください」と、その魅力をPRしていました。

鬼丸 ほんのぼの日記

作 榊形 浩人
絵 にのみや なつみ



人口と 5/31現在

世帯数

| | |
|-----|---------|
| 人口 | 10,513人 |
| 男性 | 4,919人 |
| 女性 | 5,594人 |
| 世帯数 | 5,091世帯 |

※外国人住民を含みます。

編集後記
▼2年に1度開催される「愛媛県消防操法地区大会。晴天の中、真剣な表情で操法に挑む選手の方々の姿は、何度見ても圧巻の一言に尽きません。昨年からは、一丸となって練習に励んでこられた団員の皆さん、大変お疲れさまでした。(悠)

お詫びと訂正

広報きほく6月号に誤りがありました。お詫びの上、訂正します。
表紙
(誤) 鬼北町議会の給与・定員管理の公表
(正) 鬼北町の給与・定員管理の公表