

満開!!

北九州で活躍中の
シニアサークル
紹介コーナー

シニアライフ

【筒井健康社交ダンス同好会】no.30

毎週金曜日、八幡西区筒井市民センターから優雅なワルツやタンゴ、軽やかなチャチャチャなどのリズムが流れ、ペアのダンスの輪が広がる。曲が変われば、誰の指示というのでもなく参加者各自で相手を変え、和気あいあいと踊りを楽しむ。自由、健康第一、そして仲間づくりのクラブです。



会長
本村 英児さん(85歳)



かつて海外勤務に備え、国内の職場でもダンス研修がありました。私自身は全く下手で指導もできませんが、この同好会ができる時、自治会長をやっていた関係から会長をしています。高齢者の健康づくりはもちろん、職場から離れた方の仲間づくりにも最適。楽しいですよ。もっと会員を増やしたいですね。

副会長
寺本 チエ子さん(80歳)

健康のため、この会結成以前から我流でやっていました。ダンスでは前後左右に体を動かし、体のバランスが大切なので背中が伸び、スツとして姿勢が良くなります。いい音楽、仲間の皆さんの笑顔に囲まれてストレスが解消され、毎日が無理なく楽しめます。



副会長
塩川 恵美子さん(72歳)



本村会長と寺本副会長からダンスの会を一緒につくりませんかとの誘いがあり、同好会を立ち上げました。毎週仲間と楽しく和気あいあいとおどっています。運動不足の解消、健康維持に役立つと思っています。

筒井健康社交ダンス同好会

設立/平成20年10月

活動日/毎週金曜日

10:00~12:00

活動方針/

健康の維持増進。お互いを尊重しあい、ダンスを楽しみながら好ましい人間関係・仲間づくりを行う。

■お問合せ先

八幡西区 筒井市民センター

☎093-641-3407