

# つながり

Vol. 167  
(発行/2022.9.1)

がんばる市民活動団体を  
紹介します!!

## さざなみスポーツクラブ

さざなみスポーツクラブは、誰でも気軽に楽しく参加でき、スポーツや健康づくりを通して夢が語ることができる多世代の交流を目指して2003年に設立されました。現在約400人の幅広い年代層の会員が自分に合ったスポーツを楽しんでいます。また、地域コミュニティーにも大きな役割を果たしており、スポーツ活動以外でも地域の居場所となっています。先日その中の活動のひとつ、フラダンスのクラスにお邪魔しました。

フラダンスというと、腰を振って踊るダンス・・・とイメージがあったのですが、実際に行ってみると全く違いました。腰を動かすのではなく体重移動で動いているのです。ひじは真横。ひじを隣の人に見せるようにしておなかを引っ込めて体幹を使って背筋を伸ばす。上半身はほとんど動かさず、下半身を隠して踊っていると体が横に移動しているようにしか見えないように踊る、というのが理想なのだそうです。エレガントに動かしているように見える腕は、ひじから先だけを動かしています。フラダンスは、一見ゆったり踊っているように見えますが、実はインナ



ーマッスルを思いっきり使って動く運動量の多いダンスです。練習が始まると、会員さんは背筋を伸ばして上半身をほとんど動かさず体幹を使ってステップを踏んでおられました。さすがです。練習はベーシック(基本練習)を行い、それから曲の練習と続きます。先生は練習の最初に「マスクの下は笑顔で!」と声掛けをされました。そう、フラダンスは笑顔で踊るものなのです。

フラダンスは歌詞の内容を表現する「手話」みたいなものだそうです。文字を持たないハワイの原住民が神々の伝説や神への信仰の表現や出来事を踊ることにより後世の人に伝えているのです。音楽だけでなく、歌詞に合わせて踊るので、その表現の仕方も師事する先生によって少しずつ違います。素直な歌詞で愛情表現も率直なので中には未成年が踊ることができないフラダンスもあるとか。こちらのクラスでは歌詞の裏にある意味を考えながら2~3ヵ月かけて1曲を完成させています。

フラダンスは、衣装の鮮やかさも魅力ですね。色とりどりの華やかなスカートは「パウ」と言いますが、見ていただけでもテンションが上がります。皆さんはフラダンスと共に衣装も楽しんでおられるようです。

さざなみスポーツクラブには、フラダンスのほかに「リラックスヨガ」「貯筋運動教室」「いきいき体操」「健康太極拳」などいろいろな活動があります。興味のある方は、さざなみスポーツクラブ ☎077-532-4968 まで連絡してみてください。



# 令和4年度 第1回市民活動応援講座 開催します!

## 市民活動に使える!今さら聞けないLINE

会員への大切なお知らせ、活動場所や時間またその変更など、

LINEを使うととても便利で簡単です。

LINEの安全な使い方からLINEグループの作成までわかりやすく説明します。

今からLINEを始めませんか?

日 時…令和4年10月1日(土) 9:30~11:30

場 所…コミュニティセンターやす 研修室1・2

講 師…南 あきこ氏

対 象…野洲市民ならどなたでも

持 ち 物…LINEをインストール済みのスマートフォン(らくらくフォンを除く)

※当日までにLINEアプリをインストールしてください。

参 加 費…無料

定 員…10人(先着順・本講座を初めて受講される方優先)

申し込み・問い合わせ:9月22日(木)までに市民サービスセンター

☎ 077-589-6430 FAX 077-589-6438

昨年度  
大好評でした!



## Information

社会福祉協議会からのお知らせ

## 令和4年度 地域 de 応援!!講座 開催します!

日程:①9月13日(火) ②10月7日(金) ③11月8日(火)

④12月9日(金) ⑤R5年2月21日(火)

会場:コミュニティセンターきたの 時間:13:30~15:00 定員:30名

申し込み・問い合わせ:野洲市社会福祉協議会 地域福祉課

☎ 077-589-4683 077-589-5960 FAX 077-589-5783

e-mail fukushi@yasu-syakyo.or.jp

あなたの力を地域で  
生かしてみませんか?

## ● 助成金・アワード情報 ●

- 【こども・子育て、福祉】公益財団法人大和証券福祉財団/子ども支援活動助成  
応募締切:2022年9月15日(木)当日消印有効
- 【こども・子育て、福祉】公益財団法人大和証券福祉財団/ボランティア活動助成  
応募締切:2022年9月15日(木)当日消印有効
- 【環境保全】公益社団法人日本フィランソロピー協会/TOYO TIRE グループ環境保護基金  
応募締切:2022年9月30日(金)当日消印有効

※助成金などに関する内容は直接お問い合わせください。

★助成金の詳細などはホームページにてお知らせ中

野洲市 助成金

で!

検索

スマートフォンならこちらから⇒



[発行] 野洲市市民サービスセンター  
〒520-2492 野洲市西河原 2400 番地  
TEL:077-589-6430  
FAX:077-589-6438

E-mail: madoguti@city.yasu.lg.jp  
野洲市HP「市民活動支援」:  
[http://www.city.yasu.lg.jp/soshiki/shimin\\_service/shiminkatsudou/index.html](http://www.city.yasu.lg.jp/soshiki/shimin_service/shiminkatsudou/index.html)