

西暦2020年は、本来ならオリンピックで盛り上がるはずの日本でした。しかし、中国武漢より発生したウイルス（細菌より小さく、電子顕微鏡でしか見えない大きさのもの）の世界規模の感染拡大により、わたし達の生活は今、厳しい自粛の中にあります。国の「緊急事態宣言」は、爆発的感染スピードによって医療機関の受け入れができなくなる事態にならないように、感染してゆく速度をできるだけ遅らせ、時間を稼ぎ新薬の登場、医療機関での受け入れ対策の拡充、この感染が全体としておだやかになるまでを有効に使いたいという、政府から国民の皆様への「お願い」なのです。

今から太陽に当たり適度に身体を動かして、段々と自粛が解除される季節を私も心待ちにしています。いつもの生活に戻る事を、一緒に祈り、わたしとあなたが、あなたとわたしが支えあう気持ちを失わずに、過ごしていけるかが試されている今は、コロナの季節と呼べるのかもしれない。

町長 田中一史

田村翔惟です。今回はダンスの指導資格を持つ荒瀬隆行さんが主宰する「ダンススポーツ愛好会」の活動にお邪魔しました。週に1回練習をしており、町総合文化祭にも毎年出演していらっしゃるそうです。



モー突進レポート  
SHOW TIME  
翔たいむ



今回は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により少人数での練習に参加させていただきました。

ダンス初心者の僕に對し、荒瀬さんが最初に教えてくださったのは「立つ」と、「歩く」と、「まっすぐに頭」と背中をつけ、お腹をへこませて胸を張ります。この時、足の指を開くことを意識する。これがダンスにおいて「立つ」ということだそうです。また、この状態をキープしながら手を後ろに大きく振り、音をあまり立てずに足を進めると「歩く」ができるようなのですが、意識しすぎて手と足が同時に出来てしまい難しかったです。普段パソコンやスマホばかり見ている僕には堪えました。

次はステップの練習。ステップの足運びは単純な動きを組み合わせたもので、何度も練習を繰り返すうちに覚えましたが、荒瀬さ



なんだか動きが硬いかも



ロボットのようになってしまいました

「ダンススポーツ愛好会」

んいわく「自然と歩くようにできると美しくなる」とのこと。これがなかなか難しく、踏み出す足の膝を曲げずにお尻を後ろに出すなどの細かい動きが重なり今回はマスターできませんでした。また、このステップを応用して、サンバなど他のダンスにも使えるそうです。

続いては上半身の動きについて。荒瀬さんに「手の動きなどは自由だが、頭の位置を動かさずに背骨周りの筋肉と腹筋を上に向けて引つ張るような意識と、腰と股関節も使うんだ」と教えていただき、実践するもうまくいかず。他にアドバイスをいただきながら何とかできるようになりましたが、もうお腹周りなどを動かすことができません。ちなみに、ダンサーの方々はお腹や腰回りの細い人が多いそうです。

最後は荒瀬さんの「最初に会った時よりも姿勢がきれいになった」という言葉をいただいたこと、この大変な時期に練習を開催していただいたことに感謝します。



ご指導いただきありがとうございました