

## 会長:磯部章三

2023年あけましておめでとうございます。 本年もよろしくお願い申し上げます。  
今年、スクエアダンスがなぜ楽しいかの基本に戻って、行きたいと思います。  
初めてスクエアダンスを見た時の、あのドキドキ感を今も思い出します。  
新しい世界をのぞいた時のわくわくした気持ちをいつまでも失くしたくはないですね。  
同じ趣味を持つ者同士の小さな繋がりをいつまでも大切に  
コロナ禍で、なかなか難しい時期ではありますが、みんなで仲良く踊って行こうではありませんか。

## PLUS

### ☆例会プラスプログラムビギナー講習の感想☆

#### 峰 美智子

コロナ禍、二年もの休会後のプラスの講習会が始まりましたが、毎回いくつかに分けて  
教えていただきましたが、コールと同時に動かなければいけないスクエアの難しさを感じます。  
まだまだ言葉と動作が一致しませんが回数を重ねることだと思っています。  
S協ニュースに「スクエアダンスはうさぎと亀 早く覚える人とゆっくりの人の差があるけど  
一年たつとおなじになります」と優しい言葉が載っていました。  
いつも躍らせていただいている先輩方に感謝しています。

#### 秋廣 秋子

スクエアダンスは、音楽に合わせて体を動かして、楽しいです。  
コールに反応して機敏に動く事で若さが保て老化防止になり頭の体操にもなり認知症予防です。  
苦手な動きも有り 慣れるのにもう少し時間がかかりそうです。  
仲間がいて、良い事ばかりです。  
今後も出来るだけ休まず 継続して参ります先輩の皆様今後ともよろしくお願いいたします。

#### 熊澤 美和子

やっとプラス講習にたどり付いたのに、講習半ばでコロナ感染。  
一か月の休みで例会参加に戸惑いもありましたが、遅れを補うように丁寧に教えていただき  
ありがとうございます。  
DVD でステップを覚えて大丈夫と思いきや全然動けず頭の中は???  
頑張っ覚えていきますのでよろしくお願いいたします。

小高 晴美

待ちに待ったプラス講習が始まった。嬉しさは次第に不安に変わった。  
何度もテキストを見ても頭の中はチンプンカンプンでさっぱり解らない??  
1—1/2 サーキュレート 1/2 回転 3/4 回転 コールに反応できないもどかしさ  
「大丈夫、例会は練習会だからね。」とメンバーの方々に励ましていただき  
「よし!! 頑張ろう」と思える日々です。  
これからも皆さんよろしく願いいたします。

福田 すみこ

今回は二回目のプラス講習でした。  
コロナの関係ですっかり忘れておりましたところ一から教えていただきました応用に入り  
一瞬の判断が出来ず止まることありましたが先輩方のお力添えにより楽しく輪の  
中で躍らせていただいています。  
これからも体のため 特に頭のため多くの方々と踊り続けたいと思っています  
よろしく願いいたします。



☆コーラーからひとこと☆

石井信夫

コーラーからのアドバイスとのことですが  
大事な事は基本の動作をしっかり頭で理解することですがすぐに踊れるようにはならないと  
思いますので繰り返し、繰り返し、踊る事です。  
今後、少しずつ応用編(変則的体型)も取り入れていきたいと思っておりますが???



☆先輩からひとこと☆

宮内 洋治

無事にプラスの講習が終わりおめでとうございます。コロナによる休会で待ちに待った講習会でしたが、終わってもまだまだ楽しく踊れるようになるまでには時間がかかるでしょう。例会で先輩たちはこれからもあなた方のダンスの手助けを惜しまないでしょう。

間違いなど気にせず積極的にダンスの輪に加わって下さい。



ただ、お願いが一つ。苦手を克服するためにはテキストを繰り返し読んでダンスの定義をしっかりと覚えること。私の経験からもそれがダンスを楽しく踊れるようになる近道だと思います。



2021/10/30 18:30 戸部本町地域ケアプラザ  
・お試し例会



2021/12/04 15:27 大岡地区センター  
大会議室

 スマートフォンでサニーコースト動画を見てね！！ 



サニーコーストユーチューブチャンネル動画 QR コードです。  
スマホカメラ&QR コードアプリで読み込むと閲覧できます  
[youtube.com/@yokohamasunnycoast/videos](https://youtube.com/@yokohamasunnycoast/videos)

サニーコーストユーチューブチャンネル 1.5万回再生動画です。



第 57 回全日本スクエアダンスコンベンション沼津  
Challenge C1:Sunny coast dancer  
R Katou & H Shimizu

#### 編集後記

久しぶりにサニーコースト便りを発行することが出来ました。  
コロナ下でいろいろな行事が制限されて来ましたが、例会を継続出来ているのはうれしい限りです。  
いつまでコロナ騒ぎが続くのか分かりませんが、これからもコロナに負けずスクエアダンスを楽しんで  
行きましょう。