

平成 29(2017)年 10 月 16 日発行 第 564 号  
横浜市フォークダンス協会

# FD news

〒232-0014 横浜市南区吉野町 4-19-7-701 Tel・Fax 045-261-8350  
<http://www.sepia.dti.ne.jp/folk-dance-08/yokohama/>



## 心は若者！！

横浜市フォークダンス協会  
学経理事 岩月 勲

今年も例年同様に、1月は、全国指導者講習会があり、7曲が発表されました。5月には巡回講習会で6曲。8月には夏季指導者講習会（サマ・キャン）で7曲。計20曲です。復活曲が9～10曲が含まれますが、日連の普及活動の為とは言え、これでもか？これでもか？と新曲に押し流されて踊り楽しんでいる現況です。皆さんはどうお考えでしょうか？

一つの踊りをじっくり躍り込んで楽しみたい人、常に新しい踊りにチャレンジし続けて楽しんでいる人。色々な考え方をもちと思っています。（私は後者）

フォークダンス界の高齢化も事実です。日連もこの事を考慮して、踊り中に事故のない様と踊り方に工夫をされています。サマ・キャンの復活曲「マークレンドー」がその1例です。ステップ・ホップ・ターン4回で1回転と紹介されました。（以前は2回転）勢いがありません。従って、次の動作のステップ・ホップの背中合わせ・向き合わせの動きに影響しています。音楽がダーン・ダーンと強調されているのですから、それに合わせてこの部分は踊りたいと思うのですが、調子が出ず音

楽とミスマッチの動きになってしまうとは感じませんか。音楽を体で表現するのが踊りです。

1度楽な踊り方を覚えてしまうと元に戻すのは大変です。転倒事故を考えての事でしょうが、もう少し踊る人の事を考え選択出来る踊り方を紹介してほしい。肉体は高齢者でも心は若者。チャレンジなくして踊る楽しみは求められない。

「サー！始めましょう！」「サークルを作って」の声に応じてただらと動き出す人の多い事。心は若者もっとキビキビとサークル作りをして踊るテンションを上げませんか。踊りを踊って楽しむ為に自分は今この場所に居るのです。気持ちの持ち方1つです。肉体の衰えを心の持ち方でカバーしてみませんか？

ミキサー・ダンスの時に、隣のカップルとの間隔を気にする事も踊る時の大切な条件です。いびつなサークルより綺麗なサークルの方が楽しく踊れると思います。一寸した心掛けで楽しさが倍増します。高齢化とは無縁。心は若者！！高齢化に向けてはバック・オーライで対処しましょう。



## 私がフォークダンスを始めた理由

横浜フォークダンスを楽しむ会  
山口 康子

2014年は、私にとって忘れられない年となりました。それと言うのも、最愛の夫（寛）が、たった5日間の入院であまりにもあっけなく、あの世に旅立ってしまったからです。突然の出来事でした。当時は、娘が二人目を妊娠中でもあり、気が張っていたのでしょうか、気丈に振る舞い元気でした。そして10月、娘の出産も無事済み、翌年、その生まれた赤ん坊が、もうすぐ1歳になるな〜とホッとした途端へナヘナヘナと心が折れ、寝込んでしまいました。その後、起き上がりはしたものの心が虚ろで何をしても楽しくなく（娘夫婦がディズニーランドへ連れてってくれたのですが面白くもなんともなく）、何を食べても美味しくなく、暗いトンネルにでも入ったような沈み込んだ気分が続きました。これを世間では、ハズバンドロスと言うそうです。子供達・友達・ご近所さんにも大変心配をかけました。

これは何とかせなアカンと思い、近所にあります保土ヶ谷児童公園の緑の中を散歩していると、突然、降って湧いたように、フォークダンスをやってみよう！という発想が浮かんできました。友達がパソコンでやっている場所を探してくれ、勇気を振り絞って、港南中学校へ行って見ました。そこで岩月先生にお会いし（横浜フォークダンスを楽しむ会）にご縁をいただきました。フォークダン

スをした後は、爽やかに笑っている自分に気がきました。これで私はトンネルを抜けられると思い、他の会場も探して、今ではあちらこちらの先生方の所で、お世話になっています。どの会の先輩方も明るくて優しくて最高です。

7月には、海外旅行にも行けるくらい元気になりました。あこがれのスコットランド（エディンバラ）では、本場のハイランドダンスも観ることができ、街角では、あの有名なスカートを穿いた男性のバグパイプ演奏にも耳を傾けることができました。スコットランドの食べ物（バター、チーズ、ヨーグルト、ハム、クッキー、魚）などなんでも美味しく感じられ、私はハズバンドロスを克服した事に気がきました。フォークダンスという存在に、深く深く感謝しています。フォークダンスさん、ありがとう！

ハズバンドロスを経験してわかったことは自分がこの世で一番不幸に感じてしまうことです。悲劇のヒロインになって、周りが見えなくなってしまいます。今は自分より大変な人がたくさんいる事がわかります。世界中見回すと大変な人ばかりです。こうやって平和な日本だから、フォークダンスを踊ってられるのです。幸せなことです。私は私の子供、孫達が幸せにくらせるように祈っています。日本が平和でありますように！世界人類が平和でありますように！



## マイムマイムからラストダンスまで

サークルクローバー  
白井 宮子

中学 1 年のキャンプで初めて踊ったマイムマイム。歳月は流れ、社会人となったが、体調がすぐれず病院通い。仕事がない日は薬をのんで寝ている…そんな時、かかりつけのお医者様から「外に出てお友達を作りなさい。それが一番」とアドバイス頂きました。ストレス性の不定愁訴でした。フォークダンスを始めようかしら？元気になるたい！！

サークルクローバーでお世話になって 20 年。内、10 年は事情があつて blank。長期欠席です。もう履く事はないかもしれない…。そう思いながらもずっとしまつてあつたフォークダンスシューズ。その後通勤する事もなくなり毎日家で過ごすようになりました。そんな時近くの行政センターの発表会のダンスを見ました。踊りたい！クローバーを休み始めても暫くの間は名簿に名前を残して下さった事、宮田さんからご心配頂いていた事等を思い出しました。出戻ってもいいですか？

そして再び入会。久しぶりにフォーク

ダンスシューズを履いて。ウロチスティのデモの練習が始まっていました。休会していた 10 年間に踊る曲を数えてみると…1 例会×12 月×10 年…。とても残念な事をしてしまったのね。取り戻せないけれど楽しもう。今は以前とは何か違う楽しさを感じています。きっと気持ちが違うのですね。後どの位踊れるのでしょうか。覚えるのはなかなか、忘れるのは早い…。宮田さんをはじめ指導して下さい下さる方々にお手数をおかけしながらステップを踏みます。ステップ・ホップ、ステップ・ホップ！ホップ・ステップ・ステップ？あら…？？今日も会の皆さんと手を取りあつて輪になって踊ります。私のラストダンスはいつかしら？それまで皆さんよろしくお願ひします。そうそう思い出しました！休会する 10 年前の例会のラストダンスは“ジアナ”でした。皆でしっかり手を取りあつて。再びフォークダンスを踊れる事に感謝しながら帰ります。

皆さん今日もありがとう。

### お知らせ

ラウンドダンス講習会 日時 11 月 4 日 (土) 13:00~16:00  
会場 横浜市港南スポーツセンター  
講師 伊藤隆夫・節子ご夫妻  
会費 1000 円

市民フォークダンスクリスマスのだい

日時 12 月 24 日 (日) 12:00~16:00  
会場 横浜市南スポーツセンター  
会費 800 円 (当日 1000 円)

## 横浜市フォークダンス協会（県連 201）と加盟団体

市民フォーク ダンスの集い  問い合わせ等は事務局へ ☎261-8350 青柳まで	10月26日(木) 13:00~14:45 神奈川スポーツセンター 11月13日(月) 13:00~14:45 港南スポーツセンター 23日(木-祝)13:00~14:45 神奈川スポーツセンター 27日(月) 18:15~20:15 港南中学校 12月11日(月) 13:00~14:45 港南スポーツセンター ☆市民フォークダンス クリスマスのつどい 24日(日) 12:00~16:00 南スポーツセンター				
サークル名	県連	活動地	曜日	時間	会場及連絡先
FD 赤い靴	202	港南区	月	午前	J A横浜上大岡 西川 811-6991
横浜マーガレット	226	緑区	火	午前	城郷小机地区センター 中西 937-2316
保土ヶ谷 レクリエーション同好会		保土ヶ谷区	火	夜	保土ヶ谷中学校 渡辺 331-0247
横浜フォークダンス を楽しむ会	216	金沢区	火	夜	能見台地区センター 岩月 713-2611
横浜みどり フォークダンスクラブ	217	緑区	水	昼	町田市総合体育館 松澤 983-5893
ブーケ フォークダンスサークル	219	港南区	水	午後	野庭第9集会場・他 平野 841-9384
櫻桃 フォークダンスサークル	220	南区	水	午前	フォーラム南太田 川上 936-0677
サークル クローバー	221	港南区	水	夜	港南スポーツセンター 宮田 844-0909
サークル 遊花	225	中区	木	夜	仲尾台中学コミュニティ ハウス 福本 892-2284
瀬谷 フォークダンスサークル	206	瀬谷区	金	昼	瀬谷踏美会 富川 301-1402
綱島 フォークダンスサークル	207	港北区	土	昼	綱島地区センター・他 阿部 561-7882

## 編集後記

年末にかけて、大きな行事が控えています。よき天候を願いつつ、  
多くの皆様のご参加をお待ちしております。「FD ニュース」は今月号から  
横浜みどりフォークダンスクラブが担当です。宜しく願いいたします。K・H