



ピアダンス



今回は、音楽に合わせて健康体操、ストレッチを行うピアダンスを訪問します。

ピアダンスは月に2回、火曜日の午後2時から午後3時まで、ふれあいプラザの多目的ホールで活動しています。

メンバーは全部で13人。すべて女性の方で構成されています。年齢層は50代～70代くらいで60代の方が中心に活動しています。

「いつまでも若く元気に美しく」を合言葉に皆さん楽しくピアダンスをしています。

ピアダンスをやった日の夜は



簡単に誰でもできるのが特徴です！

爆睡ができるのだとか（笑）

普段のダンス以外にも、暑気払いや忘年会などの食事会を行い、とても仲良く活動しています。

サークルを指導されている小川先生からは、「簡単に誰でもできるので、気軽に楽しく運動しましょう」とのことでした。

一緒に活動してくれる新メンバーを募集していますので、是非ピアダンスを始めてみてはいかがでしょうか。興味がある方は代表の飯田由紀子さん ☎ 21107 へご連絡ください。



小川節子先生

このコーナーでは、町内で活動しているサークルやクラブを紹介していきます。紹介して欲しい団体があれば、まちづくり課広報係 ☎ 21114 までご連絡ください。