

# のびのびサークルだより【リニューアル第9号】2024年12月活動報告

2024年12月は「ダンスあそび」でした。参加して下さったみなさま、どうもありがとうございました。

活動日時：令和6年12月14日（土）10：00-11：30 活動場所：健康活動ひろば（こかげ）

内容：ダンスあそび 講師：松浦直枝 参加者3名 保護者2名、ボランティア2名、計8名



いつもの様に準備体操やジャンプをした後は「Bling-Bang-Bang-Born」の曲で体を動かしてウォーミングアップ。

振付に使用した曲は「エビバディグッジョブ」M!LK、「AwA AwA」超特急

クリスマスが近いので定番のクリスマス曲、「Feliz Navidad」でも踊りました。

中盤では各自椅子に座ってボールを持ち、足踏みでリズムを取ったり、ボールを一緒に動かしたり、ボールを体や足にタッチして、リズムを取ったりなど、音楽に合わせてリズムあそびを行いました。



おかげさまで2024年の活動が、無事に終わりました。今年度から代表が代わり、今までとは違ったかたちでの活動になりました。初めてのことだらけで、上手くやっていけるかなと、初めは心配でしたが、参加者をはじめ、保護者、講師、アシスタント、ボランティアに恵まれ、社教の方々に助けられながら、楽しく活動することが出来ました。本当にどうもありがとうございました。みなさまには本当に感謝しています。来年度もみんな楽しく踊りましょう。次回は2025年1月25日（土）10時から、健康活動ひろば（A・B）にて、「即興ダンス」です。よろしくお願い致します。

のびのびサークルは、知的障害の方が安心して参加できる、ダンスサークルです。対象は調布市内在住の知的障害のある方で、特別支援学級または特別支援学校の在籍者・卒業生です。新規メンバーを募集しています。体験参加も大歓迎です。ご興味のある方は、ぜひ一度、お気軽に遊びに来てください。お待ちしております。

のびのびサークル代表 高橋陽子（文責）

お問い合わせ先：調布市教育委員会 社会教育課 ☎042-481-7490 e-mail：[syakaiky@chofu.lg.jp](mailto:syakaiky@chofu.lg.jp)