

のびのびサークルだより【リニューアル第21号】2025年12月活動報告

活動日時：令和7年12月13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 アシスタント：長瀬巧 参加者7名 保護者4名 ボランティア2名
計15名



2025年の最後の活動は、松浦先生の「ダンスあそび」でした。寒い日でしたが、のびのびサークルのメンバーは、元気いっぱいです。この日も、たくさんの方が参加してくれました。以下、松浦先生からの報告です。

最初にクリスマスのメドレー曲でストレッチをし、いつものジャンプや、軽いほぐしをした後、振付はBTSの「Dynamite クリスマスバージョン」、クリスマスの定番曲「Rock Around The Christmas」、Mrs.グリーンアップルの「Good Day」などで踊りました。途中、「ジングルベル」のダンスバージョンで、イスとボールを使ってリズム遊びなども行いました。

最後はいつもの「崖の上のポニョ」「森の熊さん」「南の島のハメハメハ大王」で、踊り納めをいたしました。



今年は、新しい参加者が、5名も来てくれました。小学生、中学生から卒業したての若いメンバーが来てくれて、とても嬉しく思います。のびのびサークルは、30年の歴史があるので、ベテランのメンバーはもう40代です。お父さん、お母さんも参加してくれるので、幅広い世代が集まっています。こんなに幅広い世代が、集まっているサークルって、珍しいのではないのでしょうか？



実は、ベテランメンバーと新しいメンバーで、仲良くやっていけるかな？年齢差があるけど、大丈夫かな？などと、ちょっと心配しました。でも、そんな必要はありませんでした。それぞれのメンバーが、自分のできるダンスを、しっかりと踊り、お互いに認め合って、楽しい時間を共有することができました。これって、とっても素敵なことですね。ダンスの新しい可能性を見つけた1年でもありました。こんな機会に恵まれたことに、とっても感謝しています。みなさま、どうもありがとうございました。来年もよろしくお願いいたします。

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。新規メンバーと、一緒に踊ってくれるボランティアを募集しています。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下さい。お待ちしております。「のびのびサークルだより」は、調布市のHPからもご覧になれます。

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