







ぶ ～ ぶ ～ う ～

2012年7・8月合併 310号

<今月・来月の例会> 姫路フォークダンス協会の会報

| | |
|--|---|
| <p>①ひよこ (火曜日) 初級向き</p> <p>07/03 ☆ 会場 イーグレアリーナA /10 ☆ 時間 12:45-14:45 /17 ☆ 会員 300円 /24 ☆ スタッフ 立岩、他 /31 ☆</p> <p>08/07 ☆ <06月コール曲> /14 休み カレニンディビンデ  /21 ☆ 枇杷の実のなる頃 /28 ☆ ホラヴェケ /</p> | <p>②金曜例会 初級向き </p> <p>07/06 ☆ 会場 イーグレアリーナA /13 ☆ 時間 9:45-11:45 /20 ☆ 会員 300円 /27 ☆ スタッフ 池沢、他 /</p> <p>08/03 休み <06月コール曲> /10 ☆ アメイジンググレイス /17 ☆ カラマチアノス、ジュレルル /24 ☆ アイアノットフォーゼンズグレイス /31 ☆ ギョルコヴデンスコ</p> |
| <p>③たまごっち (月曜日) 初級向き</p> <p>07/02 ☆ 会場 イーグレアリーナA /09 ☆ 時間 09:45-11:45 /16 ☆ 会員 300円 /23 休み スタッフ 藤尾、他 /30 ☆</p> <p>08/06 ☆ <06月コール曲> /13 休み アダのクヤビアク#1、ホラレリア /20 ☆ アイウオントトゥビーニアユー /27 ☆ アイスヨルイス </p> | <p>④ころころ (木曜日) 初・中級向き</p> <p>07/05 ☆ 会場 イーグレアリーナA /12 ☆ 時間 09:45-11:45 /19 ☆ 会員 300円 /26 ☆ スタッフ 古谷、他 /</p> <p>08/02 ☆ <06月コール曲> /09 ☆ ブラゼナエルゲニテ /16 休み エリザベスカドリール /23 ☆ エリンスコ、ヴィノピア /30 ☆</p> |
| <p>⑤どんぐり (火曜日) チェーンダンス</p> <p>07/03 休み 会場 イーグレアリーナA /10 ☆ 時間 10:00-12:00 /17 休み 会員 300円 /24 ☆ スタッフ 上野 他 /31 休み</p> <p>08/07 休み <06月コール曲> /14 休み シールガアグイム /21 休み アマリン /28 ☆ /</p> | <p>⑥ピーチ (火曜日) カップルダンス </p> <p>07/03 ☆ 会場 イーグレアリーナA /10 休み 時間 10:00-12:00 /17 ☆ 会員 300円 /24 休み スタッフ 浮辺、他 /31 ☆</p> <p>08/07 ☆ <06月コール曲> /14 休み ヤブロチコ /21 ☆ /28 休み /</p> |



【 行事予定のお知らせ 】

7月13～15日(金～日) 中部近畿FD講習会
 会場 岐阜県 下呂温泉
 参加費 31500円(会員外は34500円)
 主催 中部近畿FD連合会
 問合せは理事長まで

7月16日(月・祝) ヤブロチコお盆パーティー
 会場 大阪市立天王寺区民センター 1階ホール
 会費 500円
 問合せ 竹山 06-6762-2770

8月4、5日(土、日) 兵庫県サマー講習会
 会場 三田市 山西福祉会館
 主催 兵庫県フォークダンス連盟
 問合せは理事長まで

9月1日(土) ロシアの踊り講習会
 会場 京都市東山いきいき活動センター
 講師:川上雄也氏
 参加費:3000円
 問合せ:吉田幸三 0711-55-9067

9月1、2日(土、日) コロー30周年パーティー
 会場 1日午後のFDは京都東部文化会館1F
 会場 1日夜のバルカンライブはエル・コヨーテ
 会場 2日は京都市北文化会館3F 創造活動室
 問合せなど 田村 仁道 Tel. 090-3355-1510
 会費 バルカンライブは4000円パーティーは1500円

9月13日(木) シルビア&イオニカ講習会(ルーマニア)
 会場 イーグレひめじ
 主催 姫路フォークダンス協会

9月30日(日) チェーンダンスを踊ろう会
 会場 兵庫県立総合体育館
 講師 バク

10月6、7、8日(土、日、月) 大阪Yキャンプ
 会場 滋賀県マキノ 民宿 みくに館
 講師:バクほか

10月8日(祝) 姫路市スポーツ祭
 会場:姫路市陸上競技場 行進に参加
 主催:姫路市体育協会

10月14日(日) 三田FD協会パーティー
 会場 三田市 山西福祉会館
 参加費 1000円

11月29・30日(木・金) シュムリク講習会(イスラエル)
 2日間、3パートの講習会
 会場 イーグレひめじ
 主催 姫路フォークダンス協会

2013年1月26、27日(土、日) 創立50周年パーティー
 特別ゲストとしてJoeが来日
 会場 兵庫県立姫路労働会館
 主催 姫路フォークダンス協会



四月から久しぶりに金曜倒会に参加
 させて頂きました。
 皆さん、軽やかなステップでそろって踊ら
 れる中、私だけドタドタとあちこちぶら
 ぶらたりながら何とかついていくことが出来
 ました。じまがすのこが少し上手に変わったかも。
 一年前に母を見送って、その後私自身
 体調をくずしてしまっていました。
 足腰を強くするのには、フックダンスが一番
 と思い、そのために体力を回復しようと
 ウォーキング、水中ウォーキングなどをやってみては
 が長続きせず、でも少しは足にかか入
 るようになりました。

今も本調子ではありませんが楽しい曲
 美しい曲を聞きながら休みの日でも身体
 を動かす。何事も歳のせいにはせず、明る
 い気持ちで前向きに過ごそうと思っています。
 思いながらの毎日で。 KH



先日、久し振りで姫路市立美術館へ行ってきました。
 「麗き女性の美」展が開催されており、
 見たい絵もあったので、出かけました。

入口正面に展示されている上村松園の絵に
 すみれ、きれいな花々〜と見入ってしまったので、おかし
 くとおきな表現が得意なかつたのかと本当に感激
 しています。

見たいと思っていた絵の1つ菊池契月の「散策」
 は、おかしは頭で総経綫模様の着物の女性
 が、2匹の犬を連れて、鼻の犬を越える犬を
 絵である。初夏を思わせる美しい絵としっかり見てき
 ました。

そこには、おかしは舞妓が居たり、母親が幼児
 を抱いていたり、姉妹が、おかしは心としていたり
 と飽きさせません。生活習慣を思い出したり、着物の
 柄や髪型などから少しづつ懐かしさを思い出さ
 せてくれます。

他の来場者と互に程よい距離を保ちながら
 1時間あり、場内をまわり、少し高ぶった気
 持で飲茶、喫茶コーナーでのコ・セ・は とても美味
 でした。

行きはルーポバスを利用、美術館前まで100円。
 路線バスだと170円。ちょっと得け気分。
 帰りは木々の緑に染まりながら徒歩で。
 特別展だけでなく常設展にも足を運んでみたい。
 そんな事を思いついて1日でした。

高令会員の悩み

(先生方へのお願い)

田中

○ 寺栴山の婦人会館での最後の初心者教室に66歳で入門してから今日まで11年間、よく踊ってきたのだ。

| 例会 | 在籍期間(年数) | 毎月 | 延回数 |
|---------------|--------------------|-----|-----|
| 金旺 | 平成13年7月から今日まで(11年) | 4回 | 500 |
| ころころ | 14年4月～23年7月(9年) | 4回 | 450 |
| ひよこ | 15年1月の発足以来今日まで(9年) | 4回 | 450 |
| 野ばら (現ビ-4) | 〃〃の発足～22年5月(7年) | 2回 | 200 |
| どんぐり | 〃2月の発足～18年6月(3年) | 2回 | 80 |
| たまごっち | 18年6月の発足～今日まで(6年) | 3回 | 200 |
| その他(友交サクル4ヶ所) | (3～7年) | 1～4 | 700 |

11年間の合計 約2600回延5000時間

○ どの例会も在籍中はほとんど皆勤で人一倍努力をした。随分と苦勞をしたが、それなりに楽しんできた。

しかし、毎年コレされる曲数の多いには入門当初から戸口していたが、加齢について記憶力や思い出す能力が低下して来るので、踊り難い曲が増えて苦しくなってきた。

○ 輪になって、連手して前を向いて踊る千エ-ン・ダンスだとカンニング"をしながら踊れるので、曲数が幾らか多くても何とかなるので助かる。

しかし、カンニング"が困難なカップルダンスの場合には複雑な曲だとウロウロするばかりで楽しもどころではない。その上、パートナーに迷惑をかけてしまうので心苦しくなる。

○ 更に、この数年來、千エ-ンダンスでは一重円での独り踊りが増えて来たので、楽しみよりも苦しみが多くなって来た。

何しろ、一重円での独り踊りは連手なしで前後左右に動き回り、その上、1回転、半回転、右回り、左回りなど、複雑に変化するので、テンポの速い曲の場合だと方向間違えて隣の人とぶつかることも時々ある程だ。

○ 独り踊りにせよ、カップルダンスにせよ、それらの問題をカバーするには、ステップをしっかりと覚えることが不可欠だが、高令者、殊に70歳超の者にはとても無理々々。

○ そのようなわけで、私の場合には一番きつかったどんぐり"を71歳で退会し、次いでビ-4"を75歳で退会、更に76歳でころころ"も退会した次第。

○ 私の場合には幸いにも足、腰、ひざが丈夫だったので、今でも初級クラスの例会を3つも続けておられるが、踊りの悩みや、ひざ痛、腰痛などでFDから引退

してしまつた方々も多いし、その予備軍も多いと思う。
○ 昔は良かった。(昔と言っても数年前までの事だが) 当時の千エ-ンダンスはスローテンポの曲が主流で、テンポの速い曲でも振付けがかなり易しかったので、覚え易く、しかも両手を連手して前向きで踊るので、私達初級者でも少しの努力と僅かな苦勞だけで結構楽しめたものだ。

11年も踊ってきた今でも昔の曲が流れるとホッとする。(少々長たらしいのが玉に傷だが、気楽に踊れるのが嬉しい)

○ 現在の会員は約150人で、その平均年齢は66歳とのこと。先生方はそれよりずっとお若く、人一倍お元気な目、記憶力も人並以上に秀でていらっしゃるから、私達高令会員の悩みは判り難いと思います。

○ そこで、理事長はじめ先生方へお願いです。70歳超の高令者が多数居る例会では

- ① 動きの激しい千エ-ンダンスや難かしいカップルダンスはなるべく減らし
- ② 新曲のコール数もなるべく減らして、その分復習に充分時間をかけて下さいませんか。

○ そのように配慮していただければ、足、腰、ひざの負担が減り、ストレスも減り、ダンス寿命がぐっと延びることでしょう。高令会員の悩みがかなり減り、有難いことです。

○ 思いつくままに、いろいろと申し述べましたが、どうか、よろしく お願い致します。



右上

最近の孫に思うこと

原稿が回ってきて何を書こうか迷いました。土曜日早朝に来た孫 おばあちゃん その布団片付けんていて、今から朝寝？ この子服の手まで寝るの？ 枕は変えさせたけれど私の布団で？ 起してももうちょっと寝かして 昨日はスニングのテストがあったり 学校では運動会の練習で疲れたんだ 新一年生の時 遠い 坂道おりの道を 高学年のお姉ちゃん達にお小柄なよう 小柄の孫は頑張って 早歩きで登校していた。その孫も今は6年生 7月のおみやげ館で おばあちゃん人囃を通ったろ あんまり 見おてんやから (通路の真中にいたのでラッカリ) 降りるバス停に着く迄に席を立たず私。(なぜか運動席の後に座った子。私の座席は後方) バスが止まってから席を立ってくださいと書いてあるやろ。今は逆に孫に注意される事多々ある おばあちゃんです。

勉強や運動 何事も出来ないうちは出来た方が嬉しいけれど 何よりも先に素直で心優しい娘に育って欲しい。

難しく覚えられない 覚えもおこたわらぬおとも 楽しく踊らされるのも、先生方のご尽力 あればこそ感謝しております。心も体も健康で続けられますように願っています。

吉田晴恵



ころころコール予定曲2012.7-9

| 月日 | 曲名 | | |
|--|------------------|-------|------------------------|
| 7月5日 | バミンハシティカ | | |
| 7月12日 | ラノナジエドバ | | |
| 7月19日 | レモネア アイオアイノウス | | |
| 7月26日 | スタンチナタ | 8月23日 | ホラデラゾルレニ ジアナデラティリスカ |
| 8月2日 | アガデルハ | 8月30日 | サリタデラホダック |
| 8月9日 | エイナウム | 9月6日 | パトゥタデラエニサラ |
| 8月16日 | 休み | 9月13日 | ルーマニア講習会 |
| 8月お盆明けからは ルーマニア・スルビアさんの 曲を踊っておきましょう。 | | 9月20日 | ルーマニア講習会より |
| | | 9月27日 | 復習 |



フォークダンスを始め20数年。随分長続きしたものと自分でも感心する。

- ① 何も分からず、ただ詰め込みダンスをしていく 1~3年目位
- ② 音を聞くとむやみに輪の中に飛び込みしにやうに 3~7年目位
- ③ ある出来事を境に、ダンスに気が入らなくなると 7~12年目位
- ④ 今まで知らなかった溜めのあるダンス。姫路でのマケドニアダンスとの出会いは、私のダンス生活の2幕目の幕開けとなった。悲しいかな幕は開いても、出口で後退率の高い足踏み状態が続いている 12年目以降

本来のダンスは、浮き・沈み・沈み...のくり返しを続けているが、ダンスの中での友達関係は、浮き・浮き状態である。

何を言っても真意を理解してくれない友達。私は前世で善行ばかりしてたのかしら?!

特に今年はず放しで“楽しい!!”と断言出来る講習旅行に参加させてもらった。企画も◎、参加メンバーも◎。次も行きたい!!

次は、どんなダンスを教えてください。どんな楽しい話が聞けるか。期待に胸膨らませて、今日も姫路行きに乗っている。

M.

シルビア
& イオニカ
ルーマニア 講習会

日時：2012年9月13(木)

講習 A 10:00~12:30

講習 B 13:30~16:00

場所：イーグレひめじ

どんなコーラーでしょうネ
楽しみに！

会場は
イーグレひめじ
プレイアセラBを
行(り)来(り)マ(ス)

7月8日(日) 10:00~15:30

お子(こ)さん来会(来)予定(定)です。
なのでギリシャ中心(中)に...

8月19日(日) 10:00~15:00?

9月22日(土) 10:00~15:00?

暑(あつ)いので7~9月は一日(いち)例会(れい)のみ

半日(はんじつ)例会(れい)はお休(やす)みし(ま)す。

悪(わる)しから(な)ず...

たまごっちコール予定曲2012.7-9

| 月日 | 曲名 |
|-------|--------------|
| 7月2日 | デドリデド |
| 7月9日 | イダムネイダム |
| 7月16日 | アレキサンドロフスキー |
| 7月30日 | アメン |
| 8月6日 | レッドウイング |
| 8月20日 | カレニンディペンデ |
| 8月27日 | 復習 |
| 9月3日 | ホラヴェケ |
| 9月17日 | ケンタッキーツーステップ |
| 9月24日 | マルタ島の砂 |
| | シンキーデンキーパーリブ |
| | インチマナイ |
| | カイザーレントラー |
| | 復習 |
| | オイデボイチェ |

ムシとどんでん暑(あつ)くなってき(ま)した。
各(ご)自(じ)体(たい)調(てい)に気(き)を(つ)けて、自(じ)己(じ)管(かん)理(り)
お願(ねが)いし(ま)す。け(れ)は無(む)理(り)ほ(し)ない
よーに!! 例(れい)会(かい)に(は)飲(の)み(物)持(も)持(も)ち
こまめに水(みづ)分(ぶん)補(お)き(わ)う(て)下(くだ)さ
あ、ボ(ぼ)トル(る)忘(わ)れ(て)帰(か)ら(な)い(よ)う(に)
着(き)替(か)え(の)部(ぶ)屋(や)もあ(り)ま(す)の(で)
汗(あせ)をか(い)ら(ず)着(き)替(か)え(て)帰(か)ら(な)い(よ)う(に)
下(くだ)さ(な)い。か(ぜ)をひ(く)よー



金曜(きんよう)コール(コール)予(よ)定(てい)曲(きょく)2012.07-09

| 月・日 | 曲名 |
|-------|-------------|
| 7月6日 | ホラヴェケ |
| 7月13日 | カレニンディペンデ |
| 7月20日 | アメン |
| 7月27日 | アトリップツージェント |
| 8月10日 | レク講習曲 |
| 8月17日 | シナナリ |
| 8月24日 | チロルのレンドラー |
| 8月31日 | トリップツーパーバリア |
| 9月7日 | シャンティ |
| 9月14日 | ウインナーツーステップ |
| 9月21日 | レモニア |
| 9月28日 | マルタ島の砂 |
| | 復習日 |

しゃこ in 網(あ)干(かん)



しゃこでは、コーラーが

4人(にん)もい(い)て、内(うち)容(よう)は多(た)種(しゆ)多(た)様(さう)

5月(ご)は隊(たい)形(けい)も(も)の(の)でア(ア)ス(ス)ニ(ニ)ッ(ッ)シ(シ)ト
ア(ア)ー(ー)ケ(ケ)イ(イ)オ(オ)ロ(ロ)ジ(ジ)ス(ス)ト(ト) (素(す)晴(は)ら(し)い(い)考(こう)古(こ)学(がく)者(者))、で(で)き(き)ま(ま)し(し)た(た)~
バ(バ)ニ(ニ)ザ(ザ)イ(イ)バ(バ)ニ(ニ)ザ(ザ)イ(イ)。7月(しち)7(なな)・14(じゅう)・21(にじゅう)・28(にじゅうはち)

ホ(ホ)ラ(ラ)ヴェ(ヴェ)ケ(ケ) (良(よ)い(い)曲(きょく)で(で)す(す)な(な)あ) シ(シ)ャ(ャ)ン(ン)テ(テイ)イ(イ)。
6月(ろく)に(に)入(い)っ(っ)て、8月(はち)4(よ)・11(じゅう)・25(にじゅうご)

夏(なつ)だ! 氷(こおり)だ!!

ア(ア)ルト(ルト)ッ(ッ)パ(パ)た(た)まる(まる)よ(よ)ネ(ネ)ー

車(くるま)に(に)か(か)え(え)て(て)い(い)ま(ま)す。

く(く)ま(ま)で(で)

1個(いっぴ)でも2個(にっぴ)でもお(お)願(ねが)い(い)し(ま)す。

たまごっち例会

いつも笑顔でみんな元気に踊っています
今日はアストニッシュ アーゲイオジストは
モデルに ① ② ③ をつづけても
めかすやまく踊りました。

お熱いまま、団円で卵といろいろ揃
ってありますので。

いつでもお気軽に遊びに来て下さ
ね



どんぐり例会

体力を必要とする季節になってきました。健康管
理に気を配りテーマダンスを楽しんで行きましょう。
ベストな体調で例会に参加しても足が動いて
くたばり、頭がクランに回ってくたばりにくい下
都合な事が重なってくる年齢ですが、そんな事
は気にも止めず「そのうち出来る」と考えて
前向きに頑張っていきましょう。

ころころ例会

アンツィさんの復習をしています。
こんな踊りだったのだと毎回思
います。そして新ためて感重れています。
エリザベスカドリールは、さすがに
バッチリでした。



初心者教室・ひよこ

初心者教室がめでたく完了しました。担当
の皆様御苦労様でした。又今まで通りのひよこ
例会が、再会しましたが、台風・雨の来襲の影
響で1日休みになりました。いくら頑張っても
自然には逆らえません。まだまだ梅雨の真
最中警報には充分気を配って下さい。例会
も初心者教室で練習した曲を組み入れたのが
選んで行きます。

金曜例会

梅雨もなんのその楽しんでいきます。
おばさま向きのゆったりとした
ラウンドに真新しい講習曲に
いつもにぎやかにします。

細かいコールも何度も繰り返
しリクエストもOK!

どうぞ金例にも来て下さ〜い。〜

ピーチ例会

50周年のパーティ曲も決まり
まずは、イワンダマリアから始まり次は
ヤブロチコと他 沢山練習曲が
あります。「エリザベスカドリール」
ワルツの素敵な曲で踊っていても
ゆったりと癒されます。



作成・発行 姫路フォークダンス協会

姫路フォークダンス協会公式ホームページアドレスなど
<http://homepage2.nifty.com/himeji-fd-kyokai/index.html>

E-mail Himeji-fd-kyokai@nifty.com

〒671-1252 姫路市網干区垣内東町125-3

理事長 古谷 勉 TEL&FAX 079-272-5230

副理事長 古阪 智子 TEL&FAX 079-273-0515

会報「ぶーぶー」の定期購読などについて

年間購読 ¥2000 郵送代含む (1部¥100)

問合せ 古谷景子 E-mail furutani.keiko@nifty.com

<http://homepage3.nifty.com/FURUTANI/index.htm>

編集後記

梅雨入りにジジジメジメあし暑い日が続い
ています。今年は節電おですが、各身体調
管理に倒れたいないように...

編集者の都合により8月号ぶ〜ぶ〜はお休
みます。9月号はなるべく早く出せたいです。