



# ぶ ～ ぶ ～ う ～

2013年2月316号

## <今月・来月の例会> 姫路フォークダンス協会の会報

### ①ひよこ (火曜日) 初級向き

02/05 ☆ 会場 イーグレアリーナA  
 /12 ☆ 時間 12:45-14:45  
 /19 ☆ 会員 300円  
 /26 ☆ スタッフ 立岩、他  
 /  
 03/05 ☆ <01月コール曲>  
 /12 ☆ ラファイラダストラダ  
 /19 ☆ コルネダライ  
 /26 ☆ カバラットシャバット  
 / ホラデラバスレイ

### ②金曜例会 初級向き

02/01 ☆ 会場 イーグレアリーナA  
 /08 ☆ 時間 9:45-11:45  
 /15 ☆ 会員 300円  
 /22 ☆ スタッフ 池沢、他  
 /  
 03/01 ☆ <01月コール曲>  
 /08 ☆ シバの女王、アーノルドサークル  
 /15 ☆ アトリップツーババリア  
 /22 ☆ トウキョウポルカ、ほろ酔い姉妹  
 /29 休み コルネダライ、ダウイトハレフバラメシバ  
 マムニューシュカブラニエラ

### ③たまごっち (月曜日) 初級向き

02/04 ☆ 会場 イーグレアリーナA  
 /11 ☆ 時間 09:45-11:45  
 /18 休み 会員 300円  
 /25 ☆ スタッフ 藤尾、他  
 /  
 03/04 ☆ <01月コール曲>  
 /11 ☆ トウリテスツプキィ  
 /18 休み タンゴミクサー  
 /25 ☆ アラバマジュビリーミクサー  
 /

### ④ころころ (木曜日) 初・中級向き

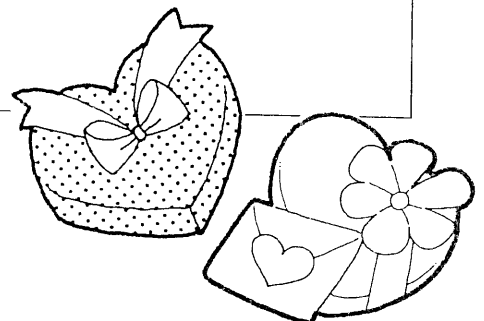
02/07 休み 会場 イーグレアリーナA  
 /14 ☆ 時間 09:45-11:45  
 /21 ☆ 会員 300円  
 /28 ☆ スタッフ 古谷、他  
 /  
 03/07 ☆ <01月コール曲>  
 /14 ☆ アルバンスカスパドベナイグラ  
 /21 ☆ ナアレ、レフネラネナ  
 /28 ☆ ラクムヴェハヌム  
 /

### ⑤どんぐり (火曜日) チェーンダンス

02/05 休み 会場 イーグレアリーナA  
 /12 ☆ 時間 10:00-12:00  
 /19 休み 会員 300円  
 /26 ☆ スタッフ 上野 他  
 /  
 03/05 休み <01月コール曲>  
 /12 ☆ ヴラハ、モスコフ  
 /19 休み ツァミコブラスティス  
 /26 ☆  
 /

### ⑥ピーチ (火曜日) カップルダンス

02/05 ☆ 会場 イーグレアリーナA  
 /12 休み 時間 10:00-12:00  
 /19 ☆ 会員 300円  
 /26 休み スタッフ 浮辺、他  
 /  
 03/05 ☆ <01月コール曲>  
 /12 休み マリアマリ  
 /19 ☆  
 /26 休み  
 /



# 【 行事予定のお知らせ 】

- 2月3日(日) 全国伝達講習会  
会場 葉業鳴尾浜スポーツセンター アリーナ  
阪神甲子園からバスにて  
参加費 1000円など  
全国の講習曲 7曲  
問合せ・申込み 羽渕まで
- 2月17日(日) マケドニア舞踊団講習とパーティー  
会場 大阪市立市民交流センター よどがわ  
問合せ・申込み:バク
- 2月23、24日(土、日) 中部近畿公認研修会  
会場 三田市 山西福祉記念会館  
講師 綿貫ご夫婦  
参加費 15000円  
問合せ・申込み 羽渕まで
- 3月24日(日) 県民の集い(SD部門)  
会場 神戸市立中央体育館  
問合せ・申込み 羽渕まで
- 3月26日(火) 県民の集い(FD・RD部門)  
会場 尼崎市記念公園総合体育館  
会費 1000円(チケット制)  
問合せ・申込み 羽渕まで
- 4月2日(火)から初心者教室開始  
毎週 火曜日 13時から15時 全10回  
会場 イーグレひめじ  
参加費 4000円と1850円の傷害保険代  
申込み・問合せ K子まで
- 4月25日(木) ヤニス(マケドニア系ギリシャ)講習会  
会場 イーグレひめじ  
時間 10時から16時まで  
主催 姫路フォークダンス協会  
初来日のティーチャー  
申込み・問合せ 理事長まで
- 4月27、28日(土、日) ヤニス講習会  
会場 京都東部文化会館、ウイング京都  
問合せ:理事長まで
- 5月19日(日) リープパーティー  
会場 和歌山市 河西コミュニティーセンター  
参加費 500円  
問合せ 平田育子



原稿用紙 もらった時は  
楽しい事を書こうと思っていたのですが……

昨年の12月30日 買い物に行ったら  
時のせいで、辺りも暗くなり、気持ち  
もあせっていたせいか、車から降り歩き  
出したら いきなりドッと転んでしまった。  
( 膝に悪い膝をかばったのか  
ベタッとつがせでバンスイモの姿勢で……)  
もう、首、肩、腰が 痛くて 痛くて。  
でも骨折も ひびきも入ってなかったのは  
ラッキーでした。

そして、次の日の大晦日  
おせら料理も あと少しで完成と  
いう時、新品のスイカサーで  
右手の親指を切った。  
肘関節の外側を、こかす痛くて、  
止血をしてもらったけど、なかなか  
止まらない。指も痛くて曲げられない。  
「鋭利な刃物で切ると 血には  
出血しないって本当なんだ」と  
妙なところで感心したりして。  
と、散々な年末でしたか。  
これで厄落としが出来るかと考え  
今年はいい年であらうに!  
と、願った事でした。

い奇。

何で助けてくれないのかと言われども……  
こちらで年寄りなんだからネエ。  
自分の身は自分で守りませー!!  
てなことぞ、皆様

お大事に!!

スキーをしている訳じゃないし、

あちこちでころばないで下かネ

昨年暮には階段から

おにや人もいたし、新年早々

私の横で 何の抵抗もせず

バターンと倒れた人も……

素直は何事もなく、

手首のネンテどすみました。



★全国フォークダンス指導者講習会

県連伝達講習会

- 日時 2013年 2月3日(日)
- 10:00~15:30
- 場所 葉巻鳴尾浜スポーツセンター
- 講習曲
  1. パラレル・ダンス (ルーマニア)
  2. シャン・レリキ (トルコ)
  3. ロンゴウイテ (イギリス)
  4. ジガ (イタリア)
  5. バルス・ランズイ (カナダ)
  6. ラス・チャパネカス (メキシコ)
  7. ハンブルグ・セクスタ (デンマーク)

50周年パーティの  
終わりにあつた  
より集めますネ

今年も  
募金集めます!!

東日本大震災・津波遺児  
支援資金として 何卒でも  
募金したいと思っております。  
前回・前々回と同じように  
「あひなが育英会」に寄付し、  
年金暮しや年金暮し前のさふふ  
都合あるかと思っておりますが、ダンスの後の  
一杯を一度だけお休みに募金箱に  
チャリオンと入れて下さい。

よろしく  
お願いします。

SRCE  
スルツェ

2013年 1月6日(日)の新年パーティ  
には Eくさんの参加者、そしてみな様のご  
協力ありがとうございました。  
姫路FD協会50周年パーティーという大きな目標  
にむかって踊ってきたのですが、終わったあと何だか  
気が抜けて……ってことにならないように、必死の  
バッチでカモるりしほりあと丸は続けていきま  
いと思っております。ん……それで”

2月は 10日(日) 10:00~15:30  
20日(木) 10:00~12:00  
元城南幼稚園で踊ります。  
シュルクとミヨの踊り?  
かなあ~~~~

2013年  
初心者教室

- 日時 4月2日~6月4日
  - 毎週火曜日 13:00~15:00
  - 場所: イグリームセンター
  - 講習費: 全10回 4000円 + 1580円(スポーツ保険)
  - 担当スタッフ: 古殿・立岩・山崎・浅田・古谷・三船
- 上記の通り決まりました。  
フォークダンスをより多くの人に広め楽しんで  
いただきたいと思いますので、ご協力  
下さるようお願いいたします。公共の施設など  
に案内チラシは貼りますので、  
その他宣伝もお願いいたします。



厚着するも不トトに  
原型がわかっませい。

しゃべり例会より

糸周干例会も巳年をむかえ、細く長く  
踊っていくと皆 思いを新たにした次第  
です。そのせいか参加者もカムバックした  
方も新人さんがいます。  
先月は、50周年パーティー曲をよく稽けま  
した。2月は、……うん、ん  
計画性のなオーターです。

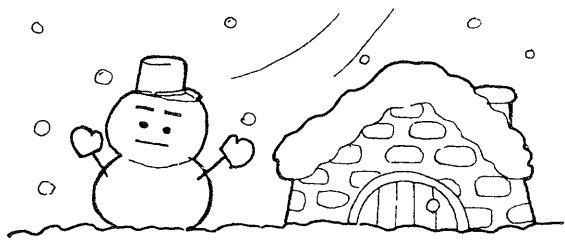
2013年度  
年間会員を募集します。

1/29(火)~  
各例会  
会計へ

いっもいっも  
ありがとうございます。  
ごぞいます。

毎ビル、お洒々のプラットフォーム  
ラ・Xやマヨネーズの袋につま  
べりマーク  
パソコンでプリントアウトする時の  
インカートリッジ。  
みな役に立ちます。少しでも……であ。  
くらまで

不卑めに



ルコの昔の都ブルサの近くの村を訪問。  
まずこの村の名前が私の中で大受け。  
「ドゥッスバイン - 度聞いたら二度と忘れな  
名前。最近とみに記憶力に自信がなくな  
っている我が身に付けると、この名は頭にしっかり  
刻まれている。

村の若物達にスパーンを持って踊るダンスを教  
えてもらったが、この踊りは絶対年寄りには  
むいていない踊りで、曲はゆくり、重かさもそんな  
に軽くないのだから、なんせスワットが  
出てくる。ツアー参加者の中で私が一番苦しいくらい  
だから、みな足腰は弱い。

暑〜中、一生懸命教えてくれる若物達は悪い  
よなーと私は必死でしゃがみ...

フサさんはちゃんと踊るとして、あと2、3人はしっかり  
踊らないと思っただけ、皆はしっかり踊って  
スワットせず、テキトーにダンス。

その結果、次の日から2日間、私の太ももはひどい  
筋肉痛。階段は一段ずつポトポト、バスを  
降りる時はイーイと飛び降り。

真面目な者が何で損するん？

いつもそうや、そうなんや...ブツブツ。こんな  
☹️凹ルコツアーももう6ヶ月<sup>\*</sup>前のこと。  
昨年の後半はめちゃめちゃ最悪なことばかりで  
何もせずにやせてもた。(これは結果オーライ)  
今年もまだまだ私の中ではひきずりながらも、もう  
そんなに長くはないのだから(お医様に言われた  
訳ではありません。)楽しいこと一杯(よっど。  
さしみたって今年もクアア、ルマニアツアー。  
茂木先生いわく、「脳に一番のごちそうは不安」とか。  
新しい事、新しいものを見、初めての体験する前  
の不安、ドキドキ感が一番らしい。体は劣って  
いくけれど、脳細胞は未成熟なものがこれから  
だんだん発達していくらしい。今のうちやで〜って。

ト子

楽しい+忙から健康になる  
運動は全身の血行をよくして  
脳の血流も促進する

注意や判断のアップにも  
効果があるとか  
気楽に続けられるものを云々...と  
雑誌にのっていたのを見て  
これはフォークダンスは いろいろと  
思いました。

フォークダンスは楽しいよと声  
かけられ入会し、4年余、未だ  
曲名を聞いても踊りに結びつかず  
曲が流れてやっとな〜

これこれとステップが出来スムーズ  
に踊れるときは最高にうれしい!!  
先生方の繰り返し繰り返し熱心な  
ご指導に頭と体を集中させ  
踊る

周りを見れば、顔なじみの  
皆さんと車輪にたがって踊っている  
自分がこのような環境にいられる  
ことに感謝です。  
これからも元気で踊っていける  
ように頑張っています。

K.T



...2013年 初心者教室...  
あなたにも出来る  
簡単な 勧誘方法!!



1. 近くのマンション、アパートの郵便受けに軒下みちえ紙  
を入れておく。(不審者にまちがえらぬように)
  2. 例会帰り、街角通りで「あー楽しかったね」と友達  
みんなが大声で言っているからやり易く。
  3. 同様 おば様方がコート、飲んでいる横でFDの  
話しを聞かせるように楽しげに話す。
- 尚、いつも募集案内紙を持っておくこと!!

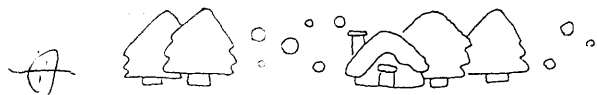
ご協力よろしくお願ひ致します。スタッフ一同

|                 |  |
|-----------------|--|
| 氏名              | 村川 純子  |
| 誕生日             | 5月28日 血液型 B  |
| フォークダンス歴        | 約2年  |
| FDを始めたきっかけ      | いつかやりたいと思っていました。<br>2年ぶりの1月に入っていた新聞の<br>チラシがKCCの教室を見つけ入会しました |
| FDについて思うこと      | まだ曲名と踊りが一致するのほ<br>ろいのがすかー楽しいです。<br>年令も忘れます                   |
| 好きな曲(国)         | ? これから探したいです   |
| 一番大切にしている事やものは? | 一人の時間(自分の時間)   |

これって倦怠期

2月頃から足首を痛め腰痛に  
悩まされ 各例会にも休み休み  
出かける日々が続き なんだか  
気がのろろな気がした7年目。  
少しずつでも覚えたくて一心に踊って  
いたあの頃とはどこか違う。  
雨が降るとはま、いいかと休み  
暑い寒いといっっては休み、このまま  
しぼんでしまいそうな気分が一年  
がアッという間にすぎた行きました  
若いころとはちがいに歳を重ねる毎  
に一日が長く一年が短いと  
感じる様になるといっかは本当  
ですね。来る年はもう少し何事  
にも前向きになれる方法ほ  
ないでしょうか。一生けん命覚え  
たのに今ではすっかり忘れてしまっ  
た。5、6年前のコール曲でもリクエスト  
してみようかな、  
もうしばらく踊っていたいので...

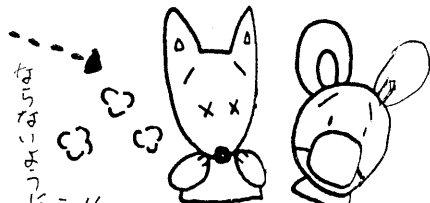
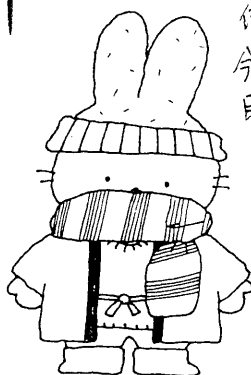
2012.12 末の17日に




夏は涼しく冬は雪深い田舎で一人  
暮らしては母が遊ってから早いもの  
で1年。あの日から何かにつけて意  
欲が蒸くおこ行く自分。母が元  
気な頃はいつも夕方にTELしてた  
ので居るはずの無い身分で毎朝  
かけて見るそんなくり返しの毎日  
でした。反響が心配して一語に出  
掛ろうと良く誘ってくれたり又主人  
とも出掛たりと元気にしてもらいあわ  
だしく過ぎ去った2012年。元連妹弟も  
又夫婦も仲良く丈夫(健康)に居てくれ  
る事が一番嬉しくて幸せやっほほ  
せの様に良く言ってきました。顔を見  
にり帰った時ほど夕方が近づくにつれて  
今日ほにぎやかで良かったわーあたり前  
やけど明日からは又一人や迷惑かけん  
ように元気でいるわ そんな母にいつ  
までも待って居てほしいとは思って  
いたのかな特に冬は大雪で厳しい  
からこれ良かったんだと変にホッ  
としています。そしてもう一人は主人の母  
貞前に体調不良入院してから気弱に  
なり和連が帰るの楽しみに待って  
てます。しばらくは元気になるので  
すが姫路に帰る日が近づくにつれて  
食事も少なになり回数も入って来  
ません。別れる時は泣いて外には  
出て来ません。TELの声で  
あめ今日ほ元気やほとか  
淋しいやほとか分ります。  
母は一人に足りたかかと和にと  
て二人の母どちらもやさしくて  
同じように大好きです。

ね

何でこんなに寒いのか!  
今年はずっと寒い一な気がします。  
暖かくするのは良いですが過度な  
厚着はカゼの元。冬は冷え水分を  
(ツカ)って体を動かさないと...



たまごっち例会  

また年始のこの日間の休み明けにも  
拘らず、頭も体も足もよく動いてい  
ました。そしてお年玉もあって？  
今年も達者でいしましょ



今日の難曲「トウリテ スノウキウ」  
に挑戦 つぐは出来そうですか。...  
慣れないステップ おまけに手も振らねば  
ならぬ... (一、二) (三、四)  
春が来る頃には、バッチリ踊っていますよ。

ひよこ例会

新しい年を迎えて 今年も、今年もせし  
り何かに思いを込めたか！  
50周年パーティーがやってきました。  
かえはつ練習に来られたね いよいよ  
成果を發揮に楽しんで踊りましょう！！




ラフイラダストラダ  
コルネダライ  
カブラット ミカバット  
ホテテラ。バズルイ。 } 1月フル曲。

どんぐり例会

いよいよ50周年パーティーが目の前に迫ってきました。  
プログラムには数々の曲があります。今回は特  
に今年2月に開催している「クリスマス曲」が沢山  
入っています。初めは「FかFかクリスマス」に乗りたく  
て、とてもおもしろく思っていました。目を離  
れて踊っているうちに曲がよるも度いように行  
ってしまいました。そのころはまたよるよる気ええ  
しています。どきどきまたクリスマス曲に乗りたく  
当ははショウ一氏をお迎えして新しい曲の講習会  
もあります。その他外国の曲も合わせて、あとひと  
いふ元氣張りましょう！！ 楽しみですよ♡♡♡

ころころ例会

お正月休み明けは、体が重いつつ  
ダンスも忘れさる... 思い出してから踊ります。  
50周年パーティーにむけて、クリスマスは少し  
踊るエッセイにたのびたいかな？ 12月から続きの  
シロクも踊らねば。次々と曲が増え  
頭の中がいっぱい。おまけは目の前の  
パーティーも盛り上げて、今年もよいスタートが  
切れるように、体に気をつけて一年楽しんで  
踊りましょうよ〜

ピーチ例会  :::::::::::  ::::::::::: 

寒い日々の間をぬけてパーティー曲の  
練習をしました。そして1月度は  
ユーロ曲がありません。パーティーでは  
おもうどんぶん元氣張れたことであ  
しょう。

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「ぶーふうー」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](mailto:furutani.keiko@nifty.com)

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

金曜例会 :::::::::::  ::::::::::: 

大寒も過ぎ、春の足音が近づいて来々います。  
インフルエンザが流行しているのが心配され  
れる昨今、皆んなガンバッテいます。

全国伝達講習曲、難しい曲を繰り返して  
コールを覚えることでマスターしています。

(と、思っています)

『継続は力なり!!』

楽しく踊って、健康に過ごしましょう。



編集後記

姫路フォークダンス協会は創立50周年。お〜と  
前の先輩達のおかげで私達は毎回楽しく踊ら  
れています。メンバー平均66才という中高年のナール  
これからどうしていくかが大きな課題でしょうね。  
踊らうちは踊って踊って... でも少ぼう考えていしましょ。