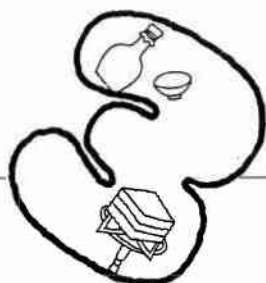


ぶ ～ ぶ ～ う ～

2019年3月388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 03/05 ☆ 会場 イーグレアリーナA /12 ☆ 時間 12:45-14:45 /19 ☆ スタッフ 立岩、他 /26 ☆ / <2月コール曲> 04/02 ☆ アシュレイハイシュ /09 ☆ シガシガパラスケヴィ /16 ☆ ヘイヨヤ /23 ☆ ティフィラ /30 ☆	② 金曜 (金曜日) 初級向き 03/01 ☆ 会場 イーグレアリーナA /08 ☆ 時間 9:45-11:45 /15 ☆ スタッフ 池沢、他 /22 ☆ /29 休み <2月コール曲> 4月からの例会はありません ヤリボン、コルルノウ レッドカーペットワルツ ケショナヴォ アシュレイハイシュ
③ たまごっち (月曜日) 初級向き 03/04 ☆ 会場 イーグレアリーナA /11 ☆ 時間 09:45-11:45 /18 休み スタッフ 岡本、他 /25 ☆ / <2月コール曲> 4月から金曜日に初心者教室実施 04/05 ☆ アシュレイハイシュ、チリビム /12 ☆ ローレイトリオ /19 ☆ シアナデラグララウルイ /26 ☆ イエルドトブイエルシャライム / スバドバルスコズムズム	④ こころろ (木曜日) 初・中級向き 03/07 ☆ 会場 イーグレアリーナA /14 講習会 時間 09:45-11:45 /21 ☆ スタッフ 赤西、他 /28 ☆ / <2月コール曲> 04/04 ☆ ハライラハギガ /11 ☆ カラユスフ /18 ☆ グラディシュチェダンシイズ /25 講習会 /
⑤ どんぐり (火曜日) チェーンダンス 03/05 休み 会場 イーグレアリーナA /12 ☆ 時間 10:00-12:00 /19 休み スタッフ 上野 他 /26 ☆ / <2月コール曲> 04/02 休み ビトルスコ /09 ☆ /16 休み /23 ☆ /30 休み	⑥ ピーチ (火曜日) カップルダンス 03/05 ☆ 会場 イーグレアリーナA /12 休み 時間 10:00-12:00 /19 ☆ スタッフ 浮辺、他 /26 休み / <2月コール曲> 04/02 ☆ グリマルディ 700 /09 休み マイエット /16 ☆ タアムハマン /23 休み /30 ☆



【 行事予定のお知らせ 】

- ◎ 3月3日(日) バルカンフォークダンスパーティー
会場:イーグレひめじ アリーナA
主催:姫路フォークダンス協会
- 3月9, 10日(土、日) 先崎氏講習会
会場:高砂市青年の家
問い合わせ:井村さん
- ◎ 3月14日(木) アフメット講習会 in 姫路
会場:イーグレひめじ アリーナA
主催:姫路フォークダンス協会
時間:13時~16時
- 3月16, 17日(土、日) アフメット講習会 in 大津
会場:滋賀県立スポーツ会館
問い合わせ:笹倉さん
- 3月17日(日)タンポポパーティー
会場:舞洲アリーナ
問い合わせ:ボンタさん
- ◎ 4月5日(金)~6月14日(金) 毎週金曜日 全10回
会場:イーグレ姫路 アリーナA
初心者教室 in 姫路
主催:姫路フォークダンス協会
- 4月7日(日) ヤントウホ氏講習会 in 京都
会場:ウイングス京都
問合せ:今井さん
- 4月20, 21日(土、日) シルビアさん講習会 in 滋賀
会場:滋賀県立スポーツ会館
問い合わせ:笹倉さん
- ◎ 4月25日(木) シルビアさん講習会 in 姫路
会場:イーグレひめじ アリーナA
主催:姫路フォークダンス協会
時間:10時~16時
- 5月2日(木) バルカン交流会
会場:京都 東山いきいき活動市民センター
問合せ:森内さん
- 5月19日(日) リープパーティー in 和歌山
会場:河西コミュニティセンター
問合せ:平田さん
- ◎ 9月8日(日) 石坂さん講習会 in 姫路
会場:イーグレひめじ アリーナA
主催:姫路フォークダンス協会
時間:10時~16時



『魂は亡くなってから四十九日の間は現世に留まり7日ごとにお裁きと受けるそうだ。最後の7回目は閻魔大王に裁かれ極楽行きか地獄行きが決まるらしい。我が友にはなんとかお裁きを勝ち越して極楽に行ってもらいたい。五丁目には早速天国で例会を開き、先に逝ったダンス友達とPeceの生演奏で楽しそうに踊るような気がします。この世界ではもう一緒に踊ることは出来ませんが、あちらの世界で楽しそうに踊り続けて欲しい。』

先日フェイスブックに書いてあった友達の文です。1984年より毎年行なっていた姫路フォークダンス協会-泊二日の合宿の24回の講師。きっと講習曲は300曲近くなるのではないだろうか。その他-日講習会、マラソパーティー、忘年パーティー、何かあればその度に参加にぎやかしてくれていました。姫路協会がこんなにチェンダンスが大好きで、踊れるようになったのも彼のおかげだと思います。

亡くなる前日も踊り、倒れる当日もコールをし、普通に踊っていたそうです。救急車で搬送された後、目覚めることなく旅立ちそうです。舞台人は舞台上で死にたいと、フォークダンサーはやっぱり踊りの場でしょうか。太く短い人生、あつたな生き方だったと思います。

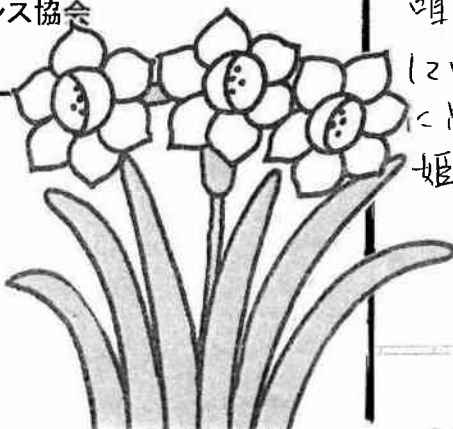
約40年、一緒に踊ってきました。いろんな事がありましたが、今思えばすべて良し。唯一無二のダンス仲間、先に逝ってダンス例会をしていくのなら、遠くない将来がちょっと楽しみに思えます。もう一度一緒に踊りたいものね。姫路市出身の彼

享年 67歳

中川 純一郎 (バクさん)

安らかに♡♡ ありがとうございました。

古谷 景子



何と! 無料!!!
みんな集合!!

3月3日(日)
バルカンパーティー
イーグレひめじアリーナA



たまご
つち ひよこ
ニョニョ
ピーチ
ビスケット

金

千原平は
この例会が
あります

アフメット講習会
トルコの踊りダンス
男前ど
エー声どす



はじめの方ち、
雰囲気味わって
下さい。肩のフルワセ
かた...足さばき...

日時 2019年3月14日(木)
13:00~16:00
場所 イーグレひめじ 地下2階
アリーナA

久ぶり!
Srce-日例会

5月5日(日)
イーグレひめじ
アリーナA
10:00~15:30頃
イオカ・シルビア講習
の伝達復習を
します。

いよいよ
初心者教室はじまる

日時 4月5日(金)~6月14日(金)全10回
9時45分~11時45分
場所 イーグレひめじ地下2階アリーナA

はやく行こう!



3月1日(金)
会場予約担当者

月夜 西森さん
火夜 須山さん
水夜 北さん
よろしくお願ひ
します。



気温はまだちょっと低くて寒いですが
3月というだけで春って感じで気持ちも
ちょっとウキウキしますよね。しゃこでも2月い
つぱいまではバルカンパーティーへ向けて沢
山の曲を練習してきました。今月からはライ
ングスに隊形、ミクサー等いろいろ踊って
きますよ。是非一度いらして下さいね。

3月予定日 9日、16日、23日、30日
2月のコール曲 コハバ、ハルワ、エレツツ、アフバ、
チリビム、ツガツガ、パラスケヴィ

シルビア & イオカ
ルーマニア講習会のお知らせ

日時 2019年4月25日(木)
Aパート 10:00~12:30
Bパート 13:30~16:00
場所 イーグレ姫路地下2F
アリーナA

♪~ヒモウカ、カヤ、イ、丁寧なコール
です。申し込みは、
福本ユンまで。

母の老い

同居はしていないが今年満90才になる母が健在で居る。三姉妹の末子のせいか、高齢の両親のもとに生まれたせいか、やんちゃなところがある。歯に衣着せぬ物言いでハラハラさせられるが表現の適確さに笑ってしまう。

そんな愉快な母だが最近少し弱気になっている。耳が遠いのか人とのコミュニケーションがうまくいかず自信をなくしているのかな？ それとも二人の姉が85〜86才でこの世を去り（幸いボケずに）未知の領域に入った自分がどうなっていくのか不安なのかな？ その3〜4年前から循環器センターの認知症外来に、年2回のペースで通っていた。それにしても、自分から進んで行く人も珍しいとは思いますが……結果はいつも「年相応の記憶力の衰え」ということである。

たまに、行き違いかあってても今は、耳が遠いからということに笑って許しているが、本当のボケが始まった時こそ、怒らず寛容な対応が必要であろう。何はともあれ、母には、いつまでも強気で、明るく過ごしてほしいものである。

Y. M.

氏名	R. M. 血液型 AB
参加例会	ひよこ 金曜例会
姫路FD協会・各例会への希望・感想など	いっも楽しく踊っていますか！ 算数が悪いのでよく忘れてしまうので 皆様には迷惑を掛けたいです！ もう少しの自我慢して下さいね。
今一番したい事は？	運転出来る内にあちこちドライブを
昭和時代の一番の思い出は？	今の山カーニを60年前に 白山・富士山・白馬 槍ヶ岳 等。
10年後の自分はどうなっていると思いますか？	音楽を聞いたりピアノを弾いたりボウリングなど
では20年後はどうなっていると思いますか？	あの世
どこの国のダンスが好きですか？ 何故？	解かりません。

親の役目

一昨年、やっと娘が嫁に行、てくれました。孫の面倒を見るまでが親の務めと思、ていましたら、この夏出産予定とのことでした。

40歳ギリギリ手前での出産！
今では高齢令出産もそれほど珍しくはなくなりましたが、こちらも高齢令婆さんになってしまいます（笑）
まだまだ老け込むわけにはいかなないですね！！

ヒロセ

いつも「ふんふん」原稿への協力、ありがとうございます。文章を書くには頭の中で色々考え、手指を動かして年齢を重ねていく上でとても良い事だと思います。字がハタデから、文章が上手にならないうえでなく、思っていることと文に現れてみれば、頭の中で思うだけよりも、形になり、目に入り、色々な効果があると思う

のです。文章は書いて書くほど慣れ、ていきます。忘れかけた漢字も思い出します。どんどん自分に刺激を与え、ましよう。という事で、これからも原稿よろしくお願いします。

編集長より



1億円の宝くじに当たったら

したいこと ベスト3 氏名: うしや

1. フォートフラスコの空の旅、豪華客船の旅
ゆくり、のんびり、行きたいですね。
(とてへ行くこと、体大丈夫かな)
2. それぞれあれば、超特別有料ホテルに、
いっか入りたい、プールあり(泳げない)ジム
あり(虫まがい)シアターあり、色んなおしゃべり
もしたい、ゆくりお風呂に入り、マッサージ
食事はホテル並みでいい。
動けなくなったら、手厚い介護
考えたらいいな 幸せ~~~~

3. 未来ある子供達に残すかも

1億円の宝くじに当たったら

したいこと ベスト3 氏名: K子

1. 体にやさしい使い勝手の良い平屋の家を
建てる。
現在の家は二階に台所、リビング、寝室があり
あと10年後 階段の上り下りが心配のため
2. 欲しい物を全部買う (と言ってもあんまりない)
ルンバ 4~5個、ジグザグ大人買い
週一のお手伝いさん
3. 旅行。見たいものを見、知らないことを知りたい。
4. 残りは盲導犬、聴導犬の育成、捨て犬、捨て猫
のシェルター などへ寄付 (厄払いと兼ねて)

♪ もちろんビジネスクラスで行くぞー

1億円の宝くじに当たったら

したいこと ベスト3 氏名: 吉永

1. 世界一周 アメリカ西海岸、ハワイ
アラスカ氷点下の森 極寒の町
フェアバンクスに行ってオーロラを
一度観てみたいです。
2. 特別老人ホームで優雅な生活を
送るための資金に。

セコいぞ
どうぞ

3. 子に恵まれない子供達の施設に
寄付したいと思います。
幸せは分け合いたいですね。

1億円の宝くじに当たったら

したいこと ベスト3 氏名: 車田裕子

1. 海外旅行
ごうか客船に乗ってバルカン半島に行き
巡って、ギリシャでクルーズを楽しむ
トルコ、イスタンブール、イスラエルでシャバットを経験
2. 鳥の家をたてる バードハウス
捨てられた子たちをひきとる、オウム、コウ
セキ、フクロウ、譲渡会を開催する
文鳥、ズグロ、ボタニ、コセキ、etc
3. 思いつかない... ホストクラブでつきま
か老後資金としてちょきんおろか。

コウ

1億円の宝くじに当たったら

したいこと ベスト3 氏名: かずみ

1. 美術館、博物館の貸切 ゆっくり鑑賞したいです
ロダン、プーデル、ミケランジェロ、マネ、モネ、
ドガ、ルノアール、大観、運慶、快慶、木喰、円空
また土器、土偶も良いですね。
2. 温泉をのんびり満喫
露天風呂で寝そべって浸りながら風景をポケーと
眺める、ついでに肌がすべすべになればなおよし。
食事は地元の魚介類があれば満足かな
3. 競技ダンスの世界大会をゆっくり鑑賞
カップルの呼吸、動きがぴったり合ったダンスは
とていても気持ちがいいものです。稀に芸人の
様子が放送されていたがつまらなかったです。

1億円の宝くじに当たったら

したいこと ベスト3 氏名: ナマ

1. 見たこともないので想像がききません。
2. スーパーで値段気にせず買物する
3. 読みたい本 全部買う。

Good!!
me too.

あいうべ体操

私が民生委員・児童委員になってから早いもので9年目となりました。毎月一度ですが、町内の公民館でボランティアさんの手作りのお弁当をいただくふれあい食事サービスというのを実施しています。各町に年に2回ずつ地域の包括センターから1名来て下さり、高齢者の方の脳トレになるパズルやクイズ等を教えて下さっています。その時にこのあいいうべ体操を教えていただきました。「あー」「いー」「うー」「べー」と発声するように口を大きく動かす動きを繰り返すだけで口呼吸が鼻呼吸へと変わり、アトピー、鼻炎、花粉症などのアレルギーの病気、インフルエンザ、喘息などの呼吸の病気、うつ、体がだるいなどの心の病気、便秘や潰瘍性大腸炎などのお腹の病気に効果があることが分かっているそうです。

方法はまず「あー」と言いながら口を大きく開く、次に「いー」と言いながら口を横に広げる、そして「うー」と言いながら口をすぼめる、さらに「べー」で舌を思い切り前に出す、これを大きな動きをしながら、ゆっくり10回繰り返します。この体操を行う前と後では舌が上がっていることを実感されると思います。これを1日3セット行うと良いそうなので、お勧めです。

民生の仕事は大変な事も多いですが、沢山の方と知り合えたり、勉強する機会も沢山あり、正直とてもしんどい仕事ですが、為になる事も多いです。

今、三期目で、一期が三年あるので三期目の三年目と任期最後の年になりました。任期が11月末までですので、それまで後残りの日々を頑張ろうと思っています。

福本 かおり

初心者教室の時期が近づいて
きたけれど 期待と不安が入り交じって
あの日を楽しみに思っています

偶然に見かけた古本

フォーグハート教室を築き上げた

もう何年か週一回の姫路にかけこに
来ているし。千歳からもうワレバツ
受けて帰ろうかほしいう気持ち
アハ。アハ。意外に楽しい!!!

早くこれを実感してほしい!!!

歌から次へと新しい曲にひたひた、

心も体もつなぐには呼吸を

運元がよろけず 一も心もうきくいな

時は心の中を空へにガッポーン!!!

♥ 清輝

氏名 濱野洋枝 血液型 A

参加例会 たまごっち

姫路FD協会・各例会への希望・感想など

覚えられる。すく^く志れる。そ^そとやせし。

音楽でふれたいです。

今一番したい事は？

日々、何事も早くおこなせれば……

昭和時代の一番の思い出は？ 5/ 卒前

結婚式の朝、まだ行きたくないと
大泣きしながら式場へ..

10年後の自分はどうなっていると思いますか？

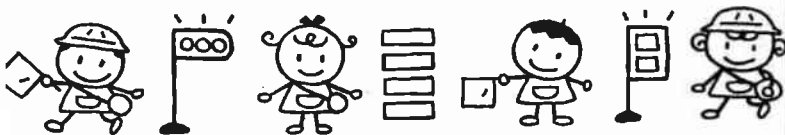
4. どのくらい生きているか？

では20年後はどうなっていると思いますか？

もう、いらない

どこの国のダンスが好きですか？ 何故？

踊りやすい曲ならどいても



理事会の結果報告

1月28日(月)に理事会が開催されましたが、その結果報告です。

I、初心者教室の開始

4月5日より6月14日まで毎週金曜日に2019年度の初心者フォークダンス教室を開講します。お知り合いの方へのお知らせなど、宣伝・勧誘に努めてください。

II、バルカンフォークダンスパーティー開催

3月3日(日)はバルカンフォークダンスパーティーを実施しますので、みなで参加・楽しみましょう。

III、継続会員の手続き開始

2019年度の年間会員の継続申込を開始します。受付は各例会会計まで。

なお、普通会员は3月12日までに継続手続きを済ませれば割引きとなりますので、お急ぎください。

IV、2019年度の各例会の体制・スタッフです。(敬称略)

2019年度の理事、例会責任者、会計・コーラーです。

No	例会名	リーダー	会計	コーラー	理事
1	たまごっち	岡本	福本	岡本、古阪、福本、浮辺	古阪
2	ひよこ	立岩	勢川	立岩、K子、上野、小和	小和
3	ピーチ	浮辺	木村	浮辺、福島(補助)	松島
4	どんぐり	井上	宇治宮	井上、K子、上野	K子
5	ころころ	車田	橋本	車田、K子、赤西、福本、山本(補助)	赤西

なお、理事長(古谷)、会計(三船)、会計監査(今村)は前年に引き続き務めます。

V、2019年度の年間行事予定です。

No	行事名	月日	担当例会	責任者	会計	備考
1	初心者教室	4月~6月	選抜スタッフ	古阪	浮辺	市後援 金曜日に
2	外国人講習会1 シルビア(ルーマニア)	4月25日(木)	ころころ	赤西	福本	会場:イーグレひめじ
3	スポーツ祭 FD講習会	9月8日(日)	ひよこ	小和	平田和子	講師:石坂さん 市民大会
4	スポーツ祭 行進参加	10月14日(祝)	ピーチ	松島	掛谷	会場:陸上競技場
5	救急救命講習	10月29日(火)				会場:イーグレ姫路
6	外人講習会2 ヤニス	11、12月ころ	どんぐり	K子	上野	会場:イーグレ姫路
7	クリスマスパーティー	12月25日	たまごっち	古阪	岡本	姫路労働会館
8	バルカンパーティー	なし				
9	市講演会参加	1月	ピーチ	松島	未定	未定

たまごっち例会 12年つづいたたまごっち
例会も3月いっぱいをもって、終わり、金曜
日に移行します。名前は まだ決まっていませ
んが、多くの仮会名があがっています。楽しみに
まわって下さい。

曜日があられなくて来られない方もおられると
思いますが、せっかくフォークダンスに親しま
れ、楽しさも味わってこられたと思うので、
都合がよくなったら、金曜に来て下さい。
おまちします。3月3日バルカンパーティーの♡

ひよこ例会

2月はやっぱり寒かったです。
こたつから出たくない、動きたくない
って思うのは私だけ？

ひよこのみなさんは寒さに負けず
バルカンパーティーに向けて、気合
が入っています。

金曜例会 長年続いて来た金曜例会も3月
を持って無くなる事になりました。リーターの池沢
先生が、辞られる事になり、とても残念です。
踊りに対する思いは人一倍、決してアレル
事の無い指導でした。笑顔と明るさで
カー杯教えていただきました。
本当に有難うございました。

今後たまごっち例会が、(名称を変えて)金曜に
移動されます。金例の皆さんは引き続き
そのままで、よろしくお願いします。

編集後記



いよいよ

バルカンパーティー!!

2年に1度のパーティーです。

今回はひよこ、たまご、金曜

からもたくさんの参加者が

あるようです。手を取り合っ

て楽しく踊りましょう〜♡♡

どんぐり例会

いよいよ やってきました。バルカンパーティー。
どの例会でも色々な形で練習に来ました。
楽しみです。踊るもよし観るのもよし
自由に自身の体調を確認しながら
参加して下さい。お祭りだと思えます。
2年に1度のパーティー。前回と比べて
自分の成長もしくは維持出来るかなあ
等。思う存分楽しんで下さいね。

ころころ例会

3月だと思えば油断をしていたわけではあ
りませんが、あまりにも ビュービューと日が
過ぎるのが早すぎて、頭の中に入たはずの
踊りのステップも 整理がつかなくなってきた
今日この頃。でも音がかって、一歩目が出せ
ば踊れる!? そう信じて、あとは死なない
程度に、いい加減で楽しみましょう!

ピーチ例会

今日は雨でした。

雪でなくてよかった

カッパルを踊るのには、この時期か
ちょうどいいですね、少々ハードな
曲も何曲でも踊れそう。

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://himeji-fd-kyokai.la.coocan.jp/>

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

E-mail furutani.tsutomu@nifty.com

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

<http://furutani.la.coocan.jp/>