

# イベント紹介



## 11/13(土) 産業文化祭にて

昨年のチャレンジクラブ802タイムで、ハワイアンダンス、ベリーダンス、キッズダンスの各教室生の皆さんが登場。日頃マスターした華麗な舞いを特設ステージ上で次々と披露し、観衆の皆様から大きな拍手をいただきました。

### ハワイアンダンス



### キッズダンス キッズの部



### キッズダンス ジュニアの部



### ベリーダンス



## 11/21(日) 走った!食べた!もらった!

# 『やおつ人道の丘ジョギング大会』

節目の第10回を数えた大会は、絶好のジョギング日和に恵まれました。

町内外から449名の参加者が集い、8、5、3kmのコースに思い思いの走りを楽しみました。ジョギング後は、やおつ煎餅と美味しい豚汁に舌つづみし、特産品が当たる抽選会には大きな歓声が沸きました。

今年は、男性は77歳、女性は86歳の方に最高齢者賞を、富山県南砺市からの参加者には、遠来賞をプレゼントしました。

なお、大会を支えていただいた多くの皆様、本当にありがとうございました。



▲346人がエントリーした3キロコースのスタート

# 教室紹介



## さわやか元気塾 ➡

- 本当にええ運動やなも。心も体も温まります。
- 先生とのおしゃべりも元気の素やと思います。



## ➡ らくらく潮南

- ひばりさんの歌に合わせて体を動かすと、心も身体もリフレッシュできます。
- 週一回、体操の合間のおしゃべりも楽しみのひとつです。
- 教室に参加しはじめて、身体が楽になった気がします。



## ➡ ヨーガ 錦津

- 深い呼吸をすることで、心と体がとても落ち着きますよ。
- 姿勢がとても良くなり、肩こりなどもなくなりました。



# 講師紹介

今号から当クラブの教室講師を順番にご紹介します。皆様よろしくお願いします。

(①氏名 ②住所地 ③教室名 ④趣味 ⑤新年の抱負)

かねこ まみ  
1 金子 真美 先生

2 可児市在住

3 ・らくらく和知  
・さわやか元気塾  
・シルバー元気塾

4 旅行かな

5 大人の女性を目指して、日々精進(笑)  
…いや、老化防止に日々精進(笑)  
今年も元気いっぱい頑張ります。

にのみや つねお  
1 二宮 恒夫 先生

2 各務原市在住

3 太極拳 東部

4 すみません  
太極拳です

5 自分の趣味の健康づくりを通じて、少しでも多くの人に太極拳を教え広めたい。  
今年の夏は中国で太極拳してきますよ。

なかね しげよ  
1 中根 志華世 先生

2 御嵩町在住

3 ・スマイルエアロ  
・フィットネスエアロ

4 ダンス・手芸  
フラワーアレンジメント

5 八百津町でエアロビクスを教えるようになって5年目になります。自分自身も生徒さんと共に健康づくりに頑張ってきました。これからも新しいことを取り入れ、少しずつ成長してゆきたい。