



近藤館長の指導に合わせステップを踏む皆さん

## ダンスで リフレッシュ！

### 高齢者学級合同研修会

町では、60歳以上の方が生きがいづくりや心豊かな生活を送れるよう、さまざまな課題について学習する高齢者学級を、年間を通じて中山・名和・大山の各公民館で開いています。

3地区合同の交流研修会が7月15日（火）、今在家の大山農業者トレーニングセンターで開かれ、中山のふれあい大学、名和のことぶき学級、大山のおもと学級から約100人が参加して、講師の中山公民館館長で、アマチュアダンスインストラクターの近藤盛一さんの指導のもと、レクリエーションダンスなどの軽い運動を楽しみました。

最初に運動の重要性について話を聞いた後、いすに座って軽くエアロビクス。それから音楽に合わせて歩いたり、マンボやスローリズムダンスなどのステップにも挑戦しました。最後は「大山賛歌」に合わせてステップも踏みました。「基本を覚えると、どんな音楽にもあわせて踊れるようになります」と近藤館長は話しています。参加者は「楽しかった」「いい運動になりました」と笑顔で話し、身も心も軽やかになったようでした。

次回の合同研修会は、9月に大山学講座を聴講する予定です。

## ところごスポーツフェスタ 3種目で熱い戦い！



白熱したソフトバレーの試合

所子地区住民のスポーツ大会「ところごスポーツフェスタ」が7月6日（日）、大山中学校体育館と仁王堂公園で開催されました。

昨年に引き続き「スポーツチャンバラ」「ソフトバレーボール」「グラウンドゴルフ」の3種目を実施し、気温が30度を超える中、160人あまりの参加者が各種目で熱戦を繰り広げました。

また、今回は第20回目の記念大会として、スポーツチャンバラ大会には所子地区以外の方も参加。今までになく盛り上がった大会となりました。

### 【結果】

種目	優勝	準優勝	第3位	
グラウンドゴルフ	大山口	末長	所子	
スポーツ チャンバラ	小学校2年生以下の部	浅田乃旦	浅田一凜	片尾総一郎、門脇日向
	小学校3～6年生の部	林原瑠我	金田正弘	谷 則行、杉本翔太
	一般（中学生以上）の部	久保浩二	森脇紗英	蔵本一美、門脇 晶
ソフトバレーボール	中高1区	ウエンディー	プチ・ヴァレンチ、平木	