

明けましておめでとうございます！
皆さんが健康で笑顔いっぱい
の1年になりますように...
今年もレッスンやイベントを
沢山楽しんでいただけるよう、
努めていきたいと思ひます♪
本年もどうぞよろしくお願い致します！



What's New?

～JSDCによるイベント、講習会のお知らせ～

♪1月のオリエンテーション

日時：1月6日(土) 16:00-
場所：渋谷プライベートスタジオ
料金：無料

♪1月のラテンナイト

日時：1月6日(土) 19:00-21:30
場所：渋谷プライベートスタジオ
料金：2,500円 or 練習会チケット

♪新年会

日時：1月14日(日) 15:00-20:00
場所：東宝ダンスホール(有楽町)
料金：8,500円 飲食、カラオケ付き



♪1月のタンゴプラクティカ

日時：1月20日(土) 19:00-21:30
場所：渋谷プライベートスタジオ
料金：2,500円 or 練習会チケット

♪1月のアメリカン練習会

日時：1月27日(土) 18:15-20:45
場所：桜新町区民集会所
料金：2,500円 or 練習会チケット
初心者の方も積極的にご参加下さいね！

※すべての練習会共通 初参加の方は1,000円で参加できます♪

2月からのイベント

- ★2月3日(土) オリエンテーション
- ★2月3日(土) ラテンナイト
- ★2月4日(日) アメリカンベアダンスフェスティバル
- ★2月12日(月) シニアアフターヌーンパーティー
- ★2月13日(火) バレンタインパーティー
- ★2月17日(土) アメリカン練習会
- ★2月25日(日) TOKYO HUSTLE vol.10

2018年1月14日(日) 15時～20時

◎東宝ダンスホール(有楽町)

日本最大のダンスホールで素敵な年の幕開けを♪

生バンドに合わせて、**Shall we dance?**

限定30名! 要予約! お申込みはお早めに!

チケット¥8,500

(飲食、入場料、VIPルーム、カラオケ込み)

シニアアフターヌーンパーティー 2月12日(月) 13:30～16:00

場所：桜新町区民集会所(田園都市線)

料金：¥2,000(持ち寄り歓迎)
スナック&ソフトドリンク付き

バレンタインパーティー

日時：2月13日(火) 19:00～21:30

場所：渋谷プライベートスタジオ

料金：2,000円 + 1品

ゲームと沢山のフリーダンス

人間の思いについて

早速ですが、私は二年半ほど前から、外出時は裸足で草履、その後、現在は下駄を履いております。この姿の印象というものが、人によって面白いほど違います。まず、視線の行先が下駄なのか、裸足なのかの違いです。夏は「素足に履物」が珍しくないのですが、下駄に目がいくようです。しかし、今これを書いているのは12月、私の足を見ての人々の感想は、「下駄ですか!」「裸足ですか!」「わ～寒そう」「寒くないですか」「風邪ひかないですか」「健康のためですか」「粋ですね」「私も若い頃は裸足で歩いてました」「私も家では和風の格好しています」など。そして外を歩いていると、人の視線が足元に集まるのがよくわかります。

少し関連して、アーシングという健康法を実践しており、時々裸足で大地の上を歩いています。場所は主に、代々木公園とか二子玉川の土手などで、コンクリートの上ではなく、草や土の上を歩くのが目的です。足裏には多くのセンサーのようなものがあり、色々なものを感じたり情報を得ています。大地からのエネルギーを貰い、体に溜まった電磁波も抜くそうです。今のところ、私自身で見つけた効果的なスポットが、岐阜の神社と京都の山にあり、年に何回か裸足で歩いています。これを人に話すと、ガラスなどが足に刺さったりしませんかと聞かれますが、まだ1度もそういう事はありません。街のコンクリートの上も歩いたことありました。コンピューターの世界で有名なスティーブ・ジョブズ氏も、インドから帰って来た後、大学内を裸足で歩いていた様子が、彼の半生を描いた映画に映っていました。裸足で歩きだしてから、体調が良いような気がします。

私がシューズを履かなくなったきっかけのひとつとして、私自身の足の特徴もあります。ダンスを長年毎日長時間(現時点で38年)やって来た理由もあるかもしれませんが、男性には珍しく両足とも外反母趾が大きく、右足は人差し指が親指の上に重なっています。このこともあり、足を何かに覆われるのが好きではありません。私は自然な物、自然な考え方、自然な動きが好みですので、体に関しても出来るだけ人間の自然治癒力を大切にしたいと思っています。健康を保つには出来るだけ自分で身体を動かした方が良く、その点でも、ダンスは最高の健康法でありいい趣味でもあると感じます。ダンスを出来るだけ長く続け、まだ体験していない人にもダンスの良さを伝えて行きたいです。