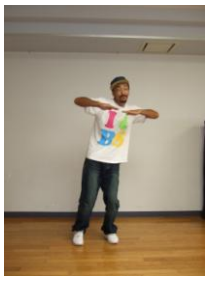
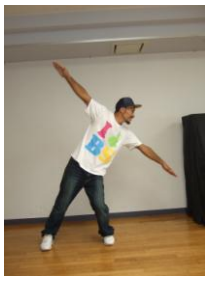
2012 年 9 月 14 日(金)に

家庭教育学級『ヒップホップダンス講座』が行われました。

第4回目の家庭教育学級は，インストラクターの『MATSU』先生ご夫妻を講師にお迎えして，EXILE の『Choo Choo TRAIN』の曲に合わせたストリートダンスを教えていただきました。

講座名 『ヒップホップダンス講座
～Choo Choo TRAIN の曲に合わせて楽しく踊ろう！～』
講師 『MATSU』先生ご夫妻
場 所 一中地区公民館 集会室

『MATSU』先生は，10代の時にストリートダンスに出会い，現在インストラクター，大会の審査員など現役活動中で，様々な大会で優勝，好成績をおさめ，24TVの DANCE アシスタント，少年チャンプルなどに出演されています。

『MATSU』先生から，「自分らしく楽しく踊ることが大切で，個性を出せる踊りです。皆で踊る楽しさも味わえ，親子で踊る時には，手と手を触れ合うような動作をしても良いですね。」とのお話がありました。また，ヒップホップ系の踊りは脳に良いという話もあるそうです。

日頃運動をほとんどやっていない方や，ヒップホップダンスは初めてという方も多数参加されており，『MATSU』先生ご夫妻が見本のダンスを披露してくださった時には，会場から「え～そんなの無理～」という声も上がっていました。

準備運動から始まり，基本の型，振り付けの指導を受け，音楽に合わせながら振り付けを細かく区切って丁寧にご指導いただき，『MATSU』先生の楽しいトークのお陰で，誰一人脱落する人もなく，皆さん最後まで振り付けを覚え，踊り切ることができました。

最後には参加者を2チームに分けて，お互いの踊りを披露し，踊る楽しさだけではなく，人に見せる楽しさも体験できました。

最後に『MATSU』先生ご夫妻と皆さんで記念撮影をしました。講座が始まる前と後では皆さんの表情が違っていて，楽しく踊って気持ちの良い汗をかいた後の皆さんの表情は，笑顔一杯。充実感溢れるものでした。

今回覚えたダンスの振り付けや，音楽に合わせて自分らしく踊る楽しさを子どもにも伝え，家族で踊り，皆で楽しい時間を過ごせると良いと思いました。