



あっという間にプログラムが終わりましたが、皆様笑顔でお帰りになりました。

タンゴを踊った後は、恒例の茶話会。いつものように和気藹々でした。

会場(飯倉いきいきプラザ)も寒さを吹き飛ばすかのよう熱気に満ち溢れました。初めての方は一名でしたが時間が経つにつれ、今までの時間を埋めるかのよう踊っていました。また、踊りに慣れた参加者と先生が一緒に踊るタンゴは圧巻でした。

三月二十一日(水・祝日) 第八回井戸端カフェ「タンゴを踊ろう」を開催しました。寒さも彼岸までといいますが、彼岸の中日の二十一日、季節外れの雪にもかかわらず六名の方が参加されました。

活動報告 第八回 井戸端カフェ 「タンゴを踊ろう」

井戸端カフェをスタートして、早半年となりました。皆さんに井戸端カフェの楽しさをもっと知っていただきたく、「井戸端カフェ通信」を発行することに致しました。

講師・講座紹介

ケニー先生(中川健一郎先生)
NPO法人日本タンゴセラピー協会理事

井戸端カフェでは無くてはならない存在・ケニー先生。32歳の時にパリの路上でタンゴと出会い、感銘を受け、以来、日本での普及に力を注いでいます。優しく温かい指導と、細かな心配りは、参加者さまからも絶対的な人気と信頼を得ています！



井戸端カフェで開催している *タンゴセラピーとは*

タンゴセラピーとは、基本的にサロントングダンスの持つ効果を使ったセラピーで、認知症、パーキンソン病、心血管疾患、精神疾患などの症状改善のために利用されたり、心理カウンセリングの現場では夫婦間の信頼関係の修復などにも用いられています。こうして多方面の医療現場で効果が認められているタンゴセラピーですが、タンゴの持つ意外な要素がこれらの疾患を快方へと促す作用をもたらしているのです。日本でもその効果を広める為に尽力されているタンゴセラピー協会さんのお力を借り、井戸端カフェでも自立支援促進に努めています。

参加者の声

参加者の声を聞いてみました。

- ♡タンゴのお誘い頂いたとき、私には無理かと思いましたが、参加してみたら楽しくて、毎回参加しています。
- ♡若い頃、踊っていたのですが、再び踊れるとは思ってなかったのが嬉しい!! 自分に自信ができました。(M.H)
- ♡前はバックして歩くのが怖かったけど、タンゴに参加してから怖くなくなりました。
- ♡いいリハビリになってます!! もっと歩く練習したいと思います。(T.S)
- ♡タンゴを通してお友達もできて楽しい。
- ♡タンゴの後は、足が軽く感じます。(M.A)

次回日程のご案内

**井戸端カフェ「タンゴを踊ろう」
初めての方も参加してください。**

4月25日(水) 14時～白金いきいきプラザ
5月16日(水) 14時～飯倉いきいきプラザ
ぜひ参加をお待ちしています。
お問合せ、ご参加希望などは

【井戸端カフェ担当】篠崎まで
連絡先 03-6400-5822