

市民記者のページ



おじま まさみ
小島 正美 さん(柳)

頭と体を使った踊りに、竹の音色が心地よく響きます。

四つ竹健康踊りとは、琉球舞踊で使われる竹製の楽器「四つ竹」を両手に一組ずつ持ち、拍子を取りながら曲に合わせて踊る踊りです。市民講座や女性団体などが主体となって広まり、市内では多い時で約300

練習があることで 日常のメリハリに

暑さが和らぎ、何か運動をしようと思える季節になりました。コロナ禍による自粛や猛暑が続く中、みなさんはどのように健康を管理していましたか。今回は、20年ほど前に高齢者の健康維持を目的に考案され、近隣市町村で広まった四つ竹健康踊りを楽しむ団体「四つ竹健康踊り雅流ひらぎ会(田谷光江会長)」を紹介します。

観て良し、踊って良し、 仲間と楽しむ四つ竹健康踊り



打田先生(左から2番目)の指導のもと練習に励む様子

人が活動していたそうで、現在も複数のサークルがあります。「私たちは、活動を始めて7年目となる団体です。コロナ禍で人数が減ってしまいました。6人の会員が、講師の打田美代子先生のご指導のもと、月2回協和公民館で練習しています。休憩中は、情報交換などのおしゃべりも楽しんでいます」と話す田谷会長からは、とても楽しく活動している様子が見受けられました。

また、みなさん練習に参加するたために日々の予定を調整するそうである。四つ竹から響く、空気を射抜くような音の鋭さに驚きました。「最初は上手に鳴らせませんが、徐々に綺麗な音が出せるようになります」と田谷会長は話します。今は市文化祭に向けて練習中だそうです。

活動が誰かの笑顔に

「練習に行くことで日常にメリハリがつき、普段の生活もはつらつと過ごせます。仲間と会うのも楽しみなので、多少足腰が痛くてもとりあえず練習に来て、椅子に座りながらできる動きをするなど、無理のないよう続けています」と口々に話してくれました。

また、活動の一環として、高齢者施設へ出向き、入居者の前で踊りを披露することもあるそうです。「曲がかかると入居者のみなさんが嬉しそうに手拍子を取り、歌を口ずさんでくださることがとても嬉しいです。人前で踊りを披露するのはいまだに緊張しますが、また来てほしいと施設側から声をかけてくれることもあり、練習に一層力が入ります」

取材を終えて

みなさんの話を聞いてみると、明るく楽しい雰囲気伝わってきて、人と関わり生活する大切さを教わりました。健康のために何か始める際は、仲間を見つけ、一緒に楽しみながら取り組むのも良いと感じました。また、高齢者施設訪問のように、活動が自身の健康のためだけではなく、社会貢献にも繋がっていることが素晴らしいと感じました。筑西市には元気でお手本にしたい女性がたくさんいると思うとともに、私も見習いたいと思います。



田谷会長(前列右)と会員のみなさん

▼日時 11月3日(金・祝) 午前10時
▼場所 IIイル・ブリランテ

芸能発表会(明野地区文化祭)