

「第26回都民スポレクふれあい大会を終えて」

10月31日、(金)第26回都民スポレクふれあい大会「トリム体操」が立川市泉市民体育館で約470名の参加を得て開催されました。

朝の雨もやみ、受付開始の一時間ほど前からみえる会員さんがいらしたり、皆さんの期待や楽しみにしていっしょの気持ちが感じられました。

10時30分、開会。来賓の都レク飯田理事から健康寿命のお話を伺いました。

杉浦理事長より、日頃の皆様への感謝のことばと東京トリム体操協会に対して栄えある、平成26年度東京都功労者表彰の受賞と表彰状のお披露目がありました。とても名誉なことでした。



11時、いよいよトリム体操の始まり。

中神指導員による準備体操、ラジオ体操、ウォーキングでからだをほぐし、清水指導員の明るい指導のもと、座位の体操、リラクゼーションと進みました。



昼食後一時半から、第二部のお楽しみです。今年は荒巻指導員が率いる75名の‘チームひばり‘の皆さんによる3曲のダンスです。

まず‘愛燦燦‘。会員さん手作りのバルーン細工のカラフルな花や冠、後におみやげにいただきました。リボンとモールで太陽と波を表した‘真っ赤な太陽‘。

“祭”と書かれた手作りのうちわにそろいのほっぴ姿で‘おまつりマンボ‘。体育館いっぱいには踊っていただきました。

3曲とも一年かけて、振り付け、立ち位置、衣装など全部、会員さんが考えてすばらしいパフォーマンスを披露してくださいました。合同練習の場所取りなどいろいろご不便もあったことと思います。本当にありがたいことでした。



最後は全員でたくさんの輪を作り、土岐指導員のコールで‘すてきなランデブー‘を踊り終了となりました。

一般の方も十数名参加してくださり、皆様のご協力が無事プログラム通り、盛会のうちに閉会となりました。