

## Baila Ritmica コロナにも負けず

不要不急の外出自粛など重苦しい空気が立ち込めるコロナ禍の中、「Baila Ritmica(バイラリトミカ)」はめげない。柳島出身の八幡聖美さんが主催するフィットネスサークル。10年前からコミュニティセンター湘南で「楽しく、踊っている」。

### コミセン湘南で10年前から

「バイラリトミカはスペイン語で、リズムに合わせて踊りましょう、という意味です」

インストラクターでもある八幡さんが音楽に合わせて動き出した。2月7日午前10時のコミセン湘南大会議室。彼女に合わせ8人の男女が続く。前半の40分は「美ューティーBodyWave®」。ピンクのバンドを使用してインナーマッスルを鍛える体幹トレーニングで、姿勢の改善やウエストのくびれを作るエクササイズ。この日が初参加という女性は「楽しい〜。ストレス発散できそう」。赤みが差した顔に汗が光る。

### 快汗！40分+45分

休憩をはさんで後半。さあ、世界中のダンス音楽を取り入れ創造された話題のダンスフィットネス「ZUMBA®(ズンバ)」の始まり。サルサ、レゲトン、フラメンコなど10曲に合わせ、ダイナミックに、時にはゆったり踊る体から汗が噴き出す。45分間踊りまくった61歳の男性は「テニス、ゴルフをやってきたけど、楽しさが違うね」。カントリー、ソーシャルダンス経験者は「激しいラテン系のリズムが私に合うわ」。5年間続けている女性にその理由を聞くとニコリ「楽しいから！」。



# 楽しく踊る



コミセン湘南大会議室でレッスン中のバイラリトミカ

### 身も心もスッキリ

メンバー最年長は74歳の山下登喜子さん。八幡さんのお母さんだった。水泳、太極拳の愛好者でもあり、コロナ禍で家の中にじっとしていると気が滅入るらしい。「ここにきて皆さんと一緒に無心で体を動かすと、身も心もスッキリするんです」

八幡さんが「健康と楽しさを伝えたい」とバイラリトミカを立ち上げたのは平成23(2011)年1月。今年1月17日、コミセン湘南で「10周年記念」を計画した。ところが、1月8日から東京・神奈川など11都道府県に緊急事態宣言が発令。コミセンでの利用者数制限も行われており、八幡さんは「参加希望者全員が入れそうになく、これでは心から楽しめないな」と判断。やむなく中止を決めた。

しかし、コロナに屈したわけではない。「記念イベントは、いつか絶対にやりたい。それまで楽しく踊って、気力を高めて行きます」と八幡さん。前向きに、コミセン湘南でレッスンを続けている。



八幡さん⑧の身振り手振りに合わせて踊るメンバー

八幡聖美(やはた・きよみ) 昭和49(1974)年1月17日、茅ヶ崎柳島で生まれ育つ。小学3年から柳島はやし会で小太鼓をたたき、柳島愛好会、柳島エンコ節保存会にも所属。23歳で結婚、子ども2人。茅ヶ崎市の郷土芸能大会、湘南地区のさくらまつりなどのイベントでMCを。フィットネスインストラクター。レッスン日時などバイラリトミカへの問い合わせはTEL090-8750-3892。

★トピックスは次頁

## 「日本文学講座」の井上先生、安らかに

コミュニティセンター湘南「日本文学講座」の講師だった井上寿芳さんが1月12日、88歳で逝去された。昭和7年に茅ヶ崎市柳島で生まれ湘南高校、早稲田大学卒業後、高校教師になり「文武両道、で鳴らした井上さんだが、文学はライフワークだった。定年退職から数年経った平成17年10月に始まった日本文学講座は、同31年1月まで実に13年3カ月に及んだ。

月1回の開催で、テキストはすべて井上さんの手作り。「作品を理解するためには時代背景を知ることが大切」と説き、ユーモアをまじえた2時間の講座。湘南地区中心に集まった人たちを魅了した。テーマは万葉集、奥の細道、平家物語、源氏物語、近代文学、論語から新古今和歌。中でも日本最古の歌集・万葉集は、平成31年のラスト講座まで3回繰り返した。



コミセン大会議室はいつも満員

井上・日本文学講座には「おまけ、もあった。年号が平成から令和に変わったとき。新年号の出典が万葉集と分かったと、井上さん、黙っていられない。万葉集のどの箇所からの引用？ 梅花の宴を催した大伴家持とは？ 令和元年7月27日、コミセン湘南で「特別講座・令和と万葉集」を急きょ開催。平塚、藤沢からの参加者もいた80人の参加者を前に元気な「井上節、を披露した。

浜降祭では80歳まで神輿（みこし）を担いだ。コミセン湘南では87歳まで文学の魅力を語り続けた。柳島を湘南を、日本文学を愛し続けた井上さんだった。



最後の講座で井上先生(中央)

## ホームパーティーには「手ごねピザ」

【令和2年12月16日 大人のパン教室】1年ぶりとなるパン教室のメニューは「手ごねミックスピザ」。粉から手でこねること15分、直径20cm位の生地ができた。トマト缶詰にニンニクなどを加えてソースを作り、ベーコン、タマネギ、ピーマンをトッピング。オーブンでこんがり焼いて出来上がり。11月から国内コロナ感染は第3波の勢い、「年末年始は家族でステイホーム」を唱える知事もいた。昨年に続き参加した女性は「こんなご時世だから息子も外出しないはず。久しぶり一家そろってのクリスマスにはピザを」。今回は試食会なし、皆さん自作ピザを手在家路へ急いだ。



## 好評「おでかけワゴン」スタッフも充実

【12月20日 おでかけワゴン運転手養成講座】湘南地区での買い物、病院通いなどに便利と評判の「おでかけワゴン」。ボランティアとしてドライバーに応募（2回目）した11人が、コミセン湘南での研修に参加。移動サービスに関する法律制度、運転に必要な知識・心構えなどの講義、福祉車両の運転、接遇・介助の演習を受け、有償福祉運送資格を取った。おでかけワゴンは毎週火曜日にベルパーク前-BRANCH 茅ヶ崎2間、第2、4土曜日にグランヴァーク・エクシード-BRANCH 茅ヶ崎2間を運行。利用方法などの問い合わせはTel.0467-57-5655（コミセン湘南）へ。



## コミセン湘南に「アマビエ」現る

新型コロナ感染の緊急事態宣言が神奈川などで発令され、コミセン湘南でも閉館が1時間繰り上がり午後8時に。また入館の際にはマスク着用、アルコールで手洗いのほか、検温後に各自の体温記入をお願いしている。その検温台に貼ってあるアマビエの絵は、柳島海岸のNさん作



で、入念にシメナワも描いてある。また、1階フロアのテーブルの上にある折り紙・アマビエは奥さんの作品。Nさんご夫婦の疫病除け祈願です。



【あとがき】昨年12月、井上寿芳さんと会った人の話では「文学講座、もう一度やりたいね」と元気だったそうだ。今年1月半ば、井上さんの訃報を聞いた日本文学講座聴講者は「もう一度、お話を聴きたかった」と肩を落とした。井上先生、長い間ありがとうございました。