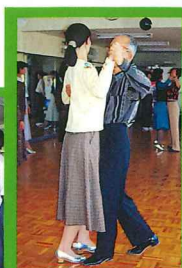


社交ダンス



「お嬢さん一曲お願いします」と手を差し出され、カツカツとヒールをならしながらセンターフロアーへ。くるくるとフレアースカートをひるがえしながらカッコよく踊れたら……きつと素敵に違いありません。初めて履くシルバードのダンスシューズにもちよつぷり期待感が高まります。準備運動に軽いステップを踏んだ後、ジルバから始めてみましょう。「スロースロー、クイック、クイック、クイック」男性は左足、女性は右足からの踏み出しが基本になります。トントントン、床と話しをするように。さあ、ペアを組んでみましょう。向かい合わせになり、手と手を合わせ、もう一方の手を相手の肩と腕に置きます。スピンやターンがしやすいように、手は握るのではなく添わせるように。真正面を向き合つては体が当たってしまうので少し斜交はすかいに構えます。男性は右ポケットには、何も入れないのがマナー。

最初は、相手の足を踏んでしまいかと心配になりますが、下を向かず顔を上げ、きりつと視線を前に向けます。ぶつからないように辺りにも注意を払います。背筋をのびし、でも、リラックスして。形で覚えるよ

りも、体重の移動でマスターしましょう。特に男性は、リードしないといけないので大変ですが、自信を持つことが大事。音楽に合わせると、もうそれらしく踊れるので不思議です。次は、ブルースに挑戦。基本ステップにハンドチェンジ、アメリカンスピーンに、ストップ&ゴー。もう2つもステップを覚えてしまいました。

西川先生ご夫妻が、ジャイブ、ルンバ、チャチャチャ、サンバ、ワルツ、タンゴなど、模範ダンスを披露。ぴつたりとあつた呼吸、リズムカルで、優雅、フロアーを流れるようなダンスに誰もうっとり。

一人ではなくコミュニケーションをはかりながら二人で踊る社交ダンスは、健康的で年齢に関係なく楽しめる根強い人気があります。衣裳にもスパンコールのついたドレスやベルトでおしゃれをしましょう。少しずつ上手になっていくのは、まさに映画「Shall we dance」な気分。社交ダンスの魅力のステップを踏んでいくのはとても楽しそうです。

協力
西川ダンス教室
豊岡市元町11-17
☎0796(24)0756



感動創り応援隊

RENT ALLはお客様のニーズに合わせた日常品のレンタルから、あらゆるイベントの企画から会場設営まで、感動創り応援隊を企業コンセプトに、喜びと信頼、そして感動をあたえるよう努力します。

RENT ALL レンタル
〒668 豊岡市九日市上町817 番地20
☎(代) 0796 (24) 1300 FAX0796 (22) 1282
(株) マックエンタープライズ

スキューバ ダイビング

体験記
おもしろ



スキューバダイビングというと沖縄やオーストラリアなどを想像しますが、身近にある日本海でもその楽しさがたっぷり味わえるのです。今回もぐったのは竹野町の海。

ほとんどがダイビング初心者。ウエットスーツを着込んだら、器具の説明をしっかりと聞きます。まずは、シュノーケリングでプカプカ浮きながら海上散歩。さあ、いよいよ本格にもぐります。BC(救命衣)を着用、ずっしりと重いボンベを背負い、腰にウエイト、足にはフィン(足ひれ)、水中メガネで装備してゆつくりと水中へ。もぐるには鼻をつまんで、フンツと息を吹き込み耳の水ぬきをしますが、これがうまくできないと耳が痛くなって深くもぐれないのです。

初めて潜った海の中は緊張と発見の連続。インストラクターに指導を受けますが、最初はすぐ浮かんできませんでした。フィンで砂をまきあげたり。少しずつ深く沈めるようになって慣れてくると、いろんなものが見えてきました。スズメダイやカワハギの赤ちゃんが一生懸命泳いでいます。ふわっとしたクラゲやヒトデ、ヒラメや名前は知らない魚たち

の群れ。約6メートルの深さのところまでもぐりました。南の海のようにカラフルではないけれど、水の中に、こんなにさまざまな海の生き物の世界が広がっていることに感動です。

ひと休みで陸にあがると、待っていたように言葉がとびかいます。「日本海ならではの、ヒラメが砂からスツと出てきて、けっこう大きかった」「不安だったけど中で手をつないだらすごく落ちつけて楽しかった」「もつといるんな場所が見たい」。それぞれに新鮮な風景や感覚をみつけました。

今年の日本海は重油問題で大きく取り上げられましたが、たくさんの人々によって、海が守られました。検査の結果、但馬の海は安心して泳ぎ、もぐることができる美しい海と認められました。今年の夏も但馬の海へいらつしやい。

協力
(有)賀島観光
竹野町竹野4
0796(47)0255
2日間の講習で国際認定書を発行します(4月~12月)
・日帰りプラン 50000円
・宿泊プラン 78000円
ウエットスーツ・機材販売
国内外ツアー(スピア有)も受付
年中無休



からだで、海を感じてください。

アシカ・イルカショー リニューアル

KINOSAKI
MARINE WORLD

●兵庫県豊岡市瀬戸1090 ●PHONE.0796-28-2300

