

# イノアのおたより帳

第 47号 平成 28 年 3 月 4 日

〒470-2102 愛知県知多郡東浦町緒川相生の丘8-3  
TEL/FAX 0562-77-3607

健康体操教室

ハローフレンズイノア

〒470-2102

愛知県知多郡東浦町緒川相生の丘8-3  
TEL/FAX 0562-77-3607



第47回 健康のための体操発表会』  
代表 伊藤 敦子

47回目を数える日本一歴史ある愛知県の健康体操の発表会に、毎年参加できる幸せを感じます。今年イノアとしても過去最高の参加人数で、大勢のパワーを会場いっぱい発散させたと思います。一人一人は小さな力でも、みんなと一緒に動くと、それはとてもないパワーに結集されていきます。お互いにパワーをもらい合っているのだと思います。1足す1は2以上、3にも4にもなるという、人間の力の計算式です。私はビデオ係をしながら、そのパワーをいたたきました。

今回は同好会ごとにリーダーが動きを考えて、それぞれの会の特徴を出してもらいました。きつと今まで以上に会としてのまとまり、団結が生まれたのでは？しかも、会ごとの動きは全く別々なのに、アバの曲に合わせて皆で動くと、イノアという一つのグループとして、とても調和してきれいなのです。それは不思議な世界です。

同じ動きで一糸乱れずというきれいな世界もありますが、違うのに調和してきれいという世界は、どこか自然界の美しさにつながるものがあるかもしれません。人間みな違うのに、調和することができる。この美しさの表現は、私たち人間に与えられた課題なのでしょ。家族、親せき、友達、仲間、近所などなど、違っているけど調和しなければならぬ課題がいっぱいあります。これが生きていく間に与えられた宿題ですね。難しい！

来年の県大会は、いよいよ自立です。各同好会独自で参加してください。どんな花がいくつ咲くか・楽しみです。

4月から学校では新学期、新しい学年に進みます。イノアも少しずつ成長していきます。常に変化しながら進むのです。年を取ればとるほど固定概念に頭ががらみながら、いわゆる頑固者になっていきます。これを老化とも言います。組織でも同じこと、固まっていてしまおうと老化、つまり進歩無く同じことの繰り返しで結局死に至るのです。まだ5歳のイノアは、やっと少し一人前にモノを言えるようになってきました。4月からは1年生、5月で6歳です。



## 第47回健康のための体操発表会

2月28日(日) 愛知県体育館にて

イノア！ 圧巻の316人での発表！！  
ちびっこイノア！ 頑張って跳びました！！転がりました！！



おもしろかった！

### メディアスくん体操 お披露目会あります！

著作 知多メディアネットワーク株式会社  
製作 健康体操教室 ハローフレンズイノア



メディアス  
笑顔でつながる まちフェス  
3月12日(土) 10:00~

メディアスくん体操 初お披露目会 11:30~11:45  
於：大府市民体育館 (大府市横根町)

メディアスチャンネルNEWS でも放映します！  
3月1日(火)~31日(木)  
・解説編 火・木・土 17:30~、日 8:00~  
・実践編 月 6:20~、土・日 20:20~

...発表して...

- ・緊張したけれど、とても楽しかったです。
- ・一生懸命に練習をしたので、間違えずにやれた。
- ・気持ちよく伸び伸びと動けた。
- ・新しい体操仲間ができた。

...観て...

- ・色がカラフルできれい！
- ・みんな楽しそお~
- ・来年は一緒にいたい！
- ・子どもたちの一生懸命さがかわいい~！

### イノアの時間割が変わります

4月から変更  
(水)Gボールで親子(16:15~17:15) ⇒ 閉講  
(木)ゆっくり体操(13:30~15:00) ⇒ 基本クラス(13:30~15:00)

5月から変更  
(月)親子1・2(16:30~17:30) } 親子総合  
(金)親子1・2(16:30~17:30) } (名称変更)  
(火)大人のGボール講座(10:00~11:00) ⇒ 閉講  
(火)親子2(17:30~18:30) ⇒ 大人も入れる子どもクラス  
(17:30~18:30)

10P、コース制あり  
300円/回 2人目から200円/回

(水)子ども1・2(17:15~18:15) ⇒ 17:00~18:00  
(金)U35無料開放クラス(第2・4/19:30~20:40) } イノアの気まぐれコース  
(金)50歳からの体操(第1・3/19:30~21:00) } (19:30~21:00)  
10P、コース制あり  
3回/月 500円/回



### 名和 展示即売会 あります。

3月14日(月) 10:00~15:00  
於：ジムホール



少しづつ春めいて.....チョットおしゃれしてみようかしら..





さあ！みんな  
で楽しく動きま  
しょう～

