

☑=対象(記述がないものは誰でも可) ☑=定員
 ④=参加費または入場料(記述がないものは無料)
 ⑤=持ち物 ⑥=申し込み ⑦=当日、直接会場へ(事前申し込み不要)

☆おいでください

■**トールペイント体験**(優しい花のウエルカムボードとティーマットの2作品を作ろう)
 4月14・28日、5月12日のいずれも木曜日(全3回)午前10時~正午、上平公民館 ☑8人(先着順) ④2900円 ⑤筆記用具、水入れ(空容器)、牛乳パック、綿棒・ようじ(数本) ⑥電話で4月12日(火)までに野本へ 野本☎772-1080(午後1時以降) **ひと言!** 2作品ともかわいくて、作るのが楽しい!

■**華の舞創作舞踊連盟舞踊発表会** 4月17日(日)午前11時~午後4時、コミュニティセンターホール ☑350人(先着順) ⑦☎ 緒方☎090-9377-0056 **ひと言!** 日本舞踊、創作舞踊、各流派そろっての夢の競演となります。

■**市民踊レクリエーション連盟初心者教室** 4月27日~7月13日(5月4日、6月1日を除く)の毎週水曜日(全10回)午後1時~3時、市民体育館 ④千円(10回分) ⑤上履き ⑦☎ 塩畑☎774-7667 **ひと言!** アッピ一音頭や東京音頭に合わせて、皆さんで踊りましょう。

■**はなまるチャリティ発表会** 4月29日(祝)午前9時30分~午後6時30分、コミュニティセンターホール ⑦☎ 山形☎781-8089(午後7時まで) **ひと言!** カラオケの他、バナナのたたき売り、大人の学芸会などもあります

■**琴城流大正琴埼玉秋桜会第12回交流演奏会** 4月30日(土)午後1時~3時30分、文化センター小ホール ⑦☎ 中村☎775-0679(午後5時以降) **ひと言!** 邦楽、演歌、ポップス、叙情歌と30曲以上を演奏します。

■**第9回かねこひで美「ミモザの会」チャリティ歌の発表会「パリス祭」** 5月8日(日)午後0時30分~4時、コミュニティセンターホール ⑦☎ ※入場整理券(コミュニティセンター、上尾・平方・大石・大谷公民館、イコス上尾にある)が必要です。 水田☎726-4601(午後6時以降) **ひと言!** おしゃれなシャンソン・ポピュラーでひとときをお楽しみください。

☆いきいきサークル 会員・団員募集

●**AEC英会話** 毎週土曜日午後1時~3時、上尾公民館 ☑中級者 月額4千円 西郷☎080-5177-8183 **ひと言!** 先生は米国人、日常会話を中心に英語表現力向上を目指します。

●**市なぎなた連盟初心者教室** 毎週土曜日午前9時30分~正午・午後3時~6時、市民体育館剣道場・上尾小学校体育館 ☑小学生以上 月額千円 田中☎726-0087(午後6時以降) **ひと言!** 一度体験してください。お待ちしております。

●**水彩会(水彩画)** 毎月第2・4日曜日午後1時~5時、上尾公民館 月額1500円 橋本☎781-6721(午後6時以降) **ひと言!** 楽しく勉強しています。見学自由。涼しい時はスケッチ旅行へ。

●**カルチャークラブ(英会話)** 毎週月曜日午前10時~正午・午後1時~2時 原市公民館 月額3千円程度(開催回数で異なる) 伊藤☎090-1699-3123 **ひと言!** 英国英語 やさしい、使いやすい役立つ英会話。講師は英国人。

●**朗読の会「たんぽぽ」** 毎月第1・3火曜日午前10時~正午、県民活動総合センター会議室(伊奈町) 月額2千円 佐藤☎774-6127(午後9時まで) **ひと言!** 朗読好き大歓迎! 作品、作者への思いを深めながら楽しみましょう

●**新大正琴コスモス会** 毎月第2・4金曜日午前10時~11時30分、コミュニティセンター☑初心者 月額2500円 相馬☎771-3650 **ひと言!** 新大正琴の基礎を勉強しながら合奏を楽しみ、演奏会を年2回実施

●**フレッシュ(健康体操・エアロビクス)** 毎週金曜日午後1時30分~3時、市民体育館 ☑女性 月額2千円(入会金1500円) 若生☎781-4691 **ひと言!** ストレッチをして柔軟な体に! 見学、体験はいつでもどうぞ。

●**ストレッチ&ソフトエアロ** 毎週土曜日午後1時~2時30分、大谷公民館体育室 ☑女性 月額3千円(入会金千円) 渡辺☎726-7706(午後7時以降) **ひと言!** いつまでも若々しく! 初めての人も大丈夫。無料体験来てください

●**スターダストキッズ(ダンス)** 毎週火曜日午後4時40分~6時40分、桶川サンアリーナ剣道場 ☑小学1~5年生 月額3千円 石岡☎725-3994 **ひと言!** 大人顔負けの小学生ダンスチームです。無料体験あります。



コーラーの指示に従い楽しく踊る会員

会員に共通しているのは「ダンスをずっと続けていきたい」「みんなと楽しく踊っていきたい」という気持ちです。とても大切なことだと思いました。

私はこの取材で初めてスクエアダンスを知りましたが、「コーラー」が大変重要で、これさえ覚えれば、どんな音楽にも合わせて踊れるということに感心しました。また皆さんが生き生きと活動している姿がとても印象的でした。

1月13日、上尾公民館のスクエアダンス教室をのぞくと、それぞれがお気に入りの色彩豊かな衣装に身を包み、楽しそうに踊っています。まるでお花畑を見ているような。

このダンスは終戦後、GHQ(連合国軍総司令部)が米国のフォークダンスの一種として紹介しました。スクエアとは「四角形」。男女ペア4組(8人)が四角に向き合う隊形から、コーラーと呼ばれる人の指示に従い、カントリー音楽などのリズムに乗って踊ります。コーラーが、サークル(回る)、ウィザリング(交差する)など53のコール(指示)を出すので、ダンサーはそのコールがどんな動作なのかを覚え、身に付けていきます。ベリシック、メインストリーム、ブラ

また「いずれは自分で教わったことを後輩に伝えていきたい」「米国で行われるナショナルスクエアダンスコンベンションという大会に出場したい」という大きな夢がある人もいて、ダンスへの熱い思いが伝わってきました。

練習以外にも新年会、合宿、クリスマス会などを実施し、会員同士の間には話も大事にしています。会員に話を伺うと「跳んだりねたりせず、ウォーキングをする感じなので無理なく続けられる」「コーラーの言葉を聞き分けながら動くので、脳のトレーニングになる」とのことでした。

リズムに乗ってスクエアダンスを

まぎれど
特派員
だより



島村 百江さん
(上尾地区)

ストレパルが進み、パーティーに出てダンスを楽しむこともできます。

市民のひろば



上尾のまちを盛り上げ元気にしたい!
 昨年の平方地区環境フェスティバルに出店した「あげお酒粕味噌ラーメン」の店の前に並ぶ来場者

果も期待できるとか。市内では9店舗、市外4店舗で食べられます。

「あなたにげんきをおくる味」をキャッチフレーズに、店ごとに具材や盛り付けに工夫を凝らし、独自のアイデアと研究を重ねています。上尾の新名物、ぜひ食べ比べてみてはいかがでしょう。(25ページ参照)

「冬と言えば『あげお酒粕味噌ラーメン』と言われるのが夢。このラーメンから上尾のまちを盛り上げ、元気にしていきたい」と意欲的に話すのは、発案者の加羽澤和由さんです。5月1日(日)に埼玉スタジアム2002で開催される「第8回埼玉B級ご当地グルメ王決定戦」の出場が決まり、現在はその準備に余念がありません。出場を決めたのは熱いファンからの勧めがあったからで、「成績は問題ではなく、これをきっかけに上尾の魅力」を全国に発信していきたい」と力強く語ってくれます。

平成20年、県中華料理生活衛生同業組合上尾支部中華勉強会のメンバーが「上尾の名物を作ろう」と

上尾の新名物
「あげお酒粕味噌ラーメン」を発案
スポットライト
~人・仲間~



加羽澤 和由さん
(大谷本郷)

研究を開始。あれこれ模索し、みんな話合いを重ねていくうちに、子どもの頃に食べた粕汁をふと思いつき、ヒントを得ました。そして地元酒蔵で造られる酒粕を使い、地域の味を誕生させたのがこの酒粕味噌ラーメンです。「平成21年11月から販売を開始しましたが、最初は知名度も低く、酒粕というだけで敬遠する人もいました。いろいろなイベントに参加したり、ラーメンマップを作製して配布したりして宣伝していくうちに、多くの人に知ってもらえファンが増えていきました」。酒粕とみそのスープにダイコンやニンジンなどの野菜をたっぷり入れ、さらにあげおにちなんだ揚げチツプスをトッピングしたコクのある自慢の一品です。体が温まるだけでなく、食物繊維やビタミンを含むので、生活習慣病予防や美白効