

## 連続夏目！ 体調は大丈夫ですか？



5月の最終週は、埼玉県内全域で連続の夏日を記録して、いろんな場所で熱中症の患者が続出したようです。急な温度変化に体が追い付かずに倒れる人が多かったようで、通勤中に見かける救急車の台数も増えました。

6月からは、さらに暑い夏が始まります。これまで以上に休憩をしっかり取り、「のどが渴いた」と感じる前に水分(+適度な塩分)を摂ることを心がけましょう。特にこの時期のダンスパーティーは、ダンスそのものや仲間とお喋りに花が咲きすぎて給水を忘れる光景や、ダンス中に体調を崩して倒れるダンサーが毎年見受けられます。

スクエアダンスは8人のチームで楽しむダンスですから、自己管理不足による体調不良は自分だけでなく仲間へ迷惑や心配をかけることにもなります。一人きりでなくみんなで楽しめるように、気を付けるべきところはしっかり気を付けて、今年の夏も健康に乗り切りましょう！

### \* 報告 \*

### 埼玉県と他の地方との違い！

先日のミーティングでも軽く報告いたしましたが、太田(久)は5月の第1週に広島(ハミングバード)、第2週は福岡(Cheerful Fukuoka SDC)にお邪魔してきました。旅程中、ダンス関連で感じた埼玉県(関東?)との違いを皆様に共有します！

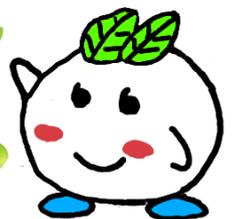
- 1) Double Pass Thru のときにClap3回！(西日本全域?)  
→関東でも流行り始めてます。時代先取りもいいかも！?
- 2) Circle to a Line はMSまでは正式な方法で踊る！(福岡にて)
- 3) Swing も、無理しない程度に手抜きしない！(広島にて)
- 4) ゲストには飲み物のみ(小分けスナックなし)でも十分！(福岡にて)  
→正直、食べてるだけの余裕はない...次の準備や挨拶などで手一杯...

地域が違うと新しい発見があります。近場のパーティーで見知った仲間と遊ぶのもとても大事ですが、たまに違う地域のパーティーでへ行くのも刺激があつておすすめです！



### 例会情報

6月1,15,22日...北部公民館1F 集会所  
6月8日...南部公民館1F 集会所  
6月29日...コミュニティセンター2F 集会所  
18時30分から21時00分までです。



### パーティー情報

「県連行事参加推奨」=埼玉県連主催行事。なるべく参加を！ 「応援お願いします」=太田(久)コール出番あり  
セルの色 ■ =県連行事、■ =Mints主催、■ =事前予約制、■ =予約〆切済、■ =太田(久)がゲストのパーティー

年	月	日	曜	時間	主催	催事名	会場	備考
2019	6	1-2	土・日	土13:00-19:00 日10:00-16:00	志村SDの会	第55回 ANNIVERSARY	日暮里サニーホール	事前予約〆切済
2019	6	1-2	土・日	土13:00 ~日16:00	くじらん	10周年記念パーティー	ホテル・ヘリテイジ 飯能sta.	事前予約〆切済 日曜のみ当日OK
2019	6	29	土	18:00~20:30	キューポラSQ's	卒業パーティー	幸栄公民館2Fホール	事前予約不要 上履き必須
2019	6	30	日	13:00~16:30	浦和SDC	オープンパーティー	与野本町 コミュニティセンター	事前予約不要
2019	6	30	日	16:00~19:00	浦和レッドスターSDC	特別例会 ミニパーティー	上落合公民館 2F 体育室	事前予約不要 上履き必須