

吉子終息祈願

ミンツだより

北本スクエアダンスクラブ Mints
総務部
第131号 2020年 11月 15日(日)発行

日中と夜の寒暖差が激しくなってきましたね。本格的な冬を迎えて完全に冷え込む前に、今こそ積極的に外出しましょう！ 今の時期なら紅葉が見頃です。密集する感染リスクを避けつつ、季節感たっぷりのレジャーでしっかり運動しながら心をリフレッシュ。来たる冬に備えて健康な体を作る、絶好のチャンスです！



みんなのWithコロナ【ミンツファミリー編】

時々、ハロウィンパーティーで一緒にした吉川です。お久しぶりです。
私は2019年、白内障で毎日霧の中での様な不便な生活でしたが、素晴らしい眼科医に出会い、2020年2月に無事良く見える様に成り、よし！これからはSDも頑張るぞ〜と気合を入れた途端、コロナの感染が広まり恐怖と共に暮らし向きも変わりました。特にSDは3蜜の防止の為、例会やパーティーにまで影響し休会になり、特に皆で参加しようと楽しみにしていたミンツさんの深谷ビクタールのアニバーサリーも延期となり、ガックリ！ 貴会員のお気持ちを察するとコロナ・バカ バカと悲しく成りました。
市民センターの再開と共に私のクラブではアンケートを取りました所、是非・ぜひ再会し踊りたいとの要望が有り、恐る・おそろし例会を始めました。
勇気を出して再出発し、明るい笑顔の会員の姿を見て、本当に嬉しく思いました。
特にコーラさんが感染防止の為、大変立派なクリアボードを手作りしてくれ、安心して踊れる喜びに毎土曜日は素晴らしい出席率です。
半年間SDから離れ、頭も体も時々ずれるダンスですが、笑いも交えたコーラさんのトークで60? ~75? 歳のパワーでSD人生を楽しんでおります。
是非、お時間が御座いましたら、スナック無しの例会ですが遊びに来て下さい。

【SDCミストラル 吉川さんより】

こんにちは😊 すっかりご無沙汰しております。
ミンツ便りを読ませていただきました。みんなの顔を思い出し、とても懐かしくなりました。

【東松山ピアニーSD同好会 富田さんより】

投稿のメールをいただいたのに、返信が遅れてごめんなさい😞
先月の下旬から、今週にかけて義弟の病状が悪化し、お見舞いに行ったりして、何かと落ち着かない日が続いてしまいました。
結局は亡くなってしまったのですが.....

投稿と言っても硬くなり、書く事が苦手な私には、重くなりますので、太田さんに、私の生活状況を、メールします。

私もコロナにより、変化のない単調な自粛生活を送っています。
このコロナの生活で一番変化したのは、感染対策を除いて、外出がめっきり減った事です。
孫や友だちとも会えず、楽しみな旅行も、まだ控えております。



社会生活の場所や、人とのコミュニケーションも減り、スクエアダンスから受ける刺激もないので、心身の老化が進んで行きそうです😞
この単調な生活を少しでも変えなければと思い、健康面では、食事に気を配るようにしています。
ウォーキングでもしりとりや、音楽を聞きながら、歩く距離を少しずつ伸ばしています。

行動範囲を広げる為に、スーパーで買っていた野菜も直売所や道の駅に出かけて、買うようになりました。



最近、緊急な用事(義弟の関係)で初めて電車で、千葉まで行ってきました。
コロナを恐れて、人混みの中への外出をためらっていたのですが、やっと一步を踏み出す事が出来ました。
外出する事への不安感が少なくなり、これからは、コロナに警戒しながら、外出のチャンスを、増やせそうです😊
こんな単調な生活の繰り返しですが、少しでも変化与えながら、又楽しくダンスが出来るように、心身の健康を保ちながら、過ごそうと思います。

また、例会やパーティーが再開しましたら、宜しくお願いします。😊

ミンツのHPIは <https://ミンツ.club/> です。
【ミンツ】は全角・カタカナです。