

初のダンス発表は大成功。写真手前右が近藤さん、左が岩下チヨ子さん(88歳)。写真後列がダンスに挑戦した職員さんたち。天野斎さん、鈴木香織さん、三田村知恵さん、瀬戸樹美さん、斎藤智香子さん。後列右端がご子息の大和さん

ダンスは素晴らしい生涯スポーツです。 90歳でも踊れることを 若い方々に知っていただきたい

91歳の地域指導員 近藤三保子さん



12月22日(木)午後、京王線八幡山駅から少し歩いた住宅街の中に建つデイホーム新樹苑で、ダンスの演技発表が行われていました。同ホームの職員さんと利用者さんにダンスを教え、発表会を行ったのは本連盟地域指導員の近藤三保子さん91歳です。本誌67号の特別企画「我がダンス・イン・マイライフ」卒業(90歳)を超えてにご登場いただいた5名の会員のお一人で、60歳でダンスを始め、74歳で地域指導員資格を取得。地元仙台で80代後半までダンスを教えてこられました。

しかし、一昨年に股関節を痛め、4カ月ほどの療養の後、50年住み慣れた仙台を離れ、東京の息子さんのもとへ移られました。仙台の石川素子先生とデモを踊ることを目標に体力回復に努めていたさなかに東日本大震災が起こりました。パーティは中止となり、目標を失くした近藤さんですが、お嫁さんの勧めで通い始めた新樹苑で再びダンスを踊る機会に恵まれます。

「最初は気が進まなかった。デイホームですが、所長さんの人柄に触れて考えが変わっていききました」と近藤さん。世田谷区には新樹苑を含め8カ所のデイホームがあり、要介護認定を受けた方や要支援者に、健康体操や囲碁や歌など様々なレクリエーションと食事、入浴サービス等を提供し、QOL(クオリティオブライフ)を上げるサポートを行っています。

「よく働く職員さんだと思っていたら所長さんでした。寡黙で微笑を絶やさず、どの利用者さんにもやさしく微笑みかける。素晴らしい人格にほれ込みました」

所長の木高道子さんはじめ職員さん



パソドブレを踊る近藤さん。パートナーの三田村さんは同苑の看護婦さん

の真摯な仕事ぶりに触れて、気持ちと和らいでいった近藤さん。一方、職員さんたちも、時に一人で過ごす近藤さんがダンスのインストラクターだと知り、踊ることを勧めます。それが職員有志と新樹苑の利用者の岩下さんが加わった木曜日「ダンス部」となり、年末恒例の「お楽しみ会」での新樹苑初のダンス発表へとつながっていききました。脊髄狭窄症によるしびれや痛みのある近藤さんですが、

「教えるときは背筋が伸びて、手を握る力も強い。指導もピンバシです(笑)。ダンスが初めての職員に、理論から教えていただきました」と木高さん。



制服に戻った「ダンス部」の職員さんたちと。左から2人目が所長の木高さん。職員さんたち総出て3日間のお楽しみ会を準備・運営されていて、頭が下がる思いでした

「9月から練習を始めましたが、皆さん忙しいので、全員で練習したのは2回だけ」とのことですが、20名余りの利用者さんとご子息の大和さん、則子さんご夫妻が見守るなか、自己

紹介とこれから踊るジルバとパソドブレの説明、出演者を紹介し、ご自身は職員さんの瀬戸さん、三田村さんと組んで2種目を披露しました。

見事な男性役を見せた職員の斎藤さんが、「大変なこともありましたが、みんなやってくれた」と言うので、即座に「ダンスはそういうものです」と答えた近藤さん。

「90歳でも踊れます。相手の力が杖となり、一人では立てなくても踊ることが出来る。そして自分でも不思議ですが、一度覚えたステップは忘れない。足を強くして頭も使うボールルームダンスは、高齢者に最適な生涯スポーツです。ぜひ若い皆さんはボランティア精神をもってダンスを普及してください」と

激動の昭和を生き、ダンスに出会った近藤三保子さん。そのきりりとした姿は、自分の足で立つ、というダンスの精神そのものです。素晴らしい先輩の末永いご健勝を祈ります。

踊り終えてご挨拶。大きな拍手をいただきました