

リハビリのために始め いつしか元気の素に

大垣SDC・ペガサス 布袋 里美

『ついでる、嬉しい、楽しい、面白い、
幸せ、ありがとう、大好き!』、これは、
私が口癖にしているプラス言葉です。
これらが全て含まれるからSDは面白
いのですね。



私がSDに通い出した当初の目的は、
交通(追突)事故の後遺症を軽減する“リハビリ”のため
でした。きっかけは、我が子(小学生)が学校から持ち帰
ったビギナークラスの募集案内でした。早速申込みをし、
週1回の例会に、毎週親子で通い始めました。

アメリカンスタイルの曲と、沢山のメンバーの方との
ダンスは、自然と私の“元気パワー”となりました。ビ
ギナークラス卒業後に、X'mas SDパーティーに参加し
たした際に、先輩メンバーの方が私をフォロー&誘導し
ながらダンスを踊ってくださり、とても心が温かい気持
ちになりました。

人と人の出逢い、手と手の触れ合い、笑顔になれるSD
に出逢い、私は本当に嬉しくて、SDに出逢えた事に感謝
しています。沢山の方の温かい笑顔と、優しい心のお陰
で、今は普通の方と同じ位、ダンスを踊れる迄になり、
後遺症も回復しております。

日常において…辛い時、苦しい時、少しイラっとした
時、笑顔になりたい時、健康になりたい時、いつまでも
元気でいたい時に、SDは私達に活気をくれる“元気の
素”だと思います。最後に…私は、今後はSDのコーラ
ー & RDのキューアーにもチャレンジしながら、楽しく、
面白くSD(& RD)を続けていきたいと思っています。