

コミュニケーション・ツールとしての「ダンスうんどう」

『健 育』

「健康」はWHOで以下のように定義されています。

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease and infirmity.

健康とは「病気ではないとか、虚弱でない」とか言うことでなく、肉体的・精神的・社会的にも全てが「満たされた状態」にあることを意味します。



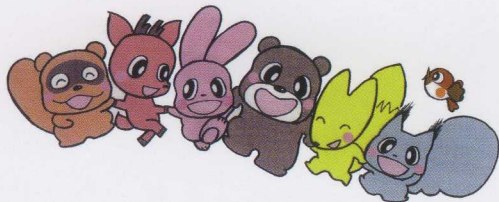
木村モデル「五感・六育」提唱者
東京農業大学教授
木村 俊昭



NPO法人
日本ダンスうんどう協会
理事長 小林 英夫

「満たされた状態」の創り方は？

どなたでも「健康が一番大事」という気持ちを普通に求めている事でしょう。そのような健康の育みかたを、当塾では「イキイキ“健育”ダンスうんどう」の音楽を聴き乗りながら老若男女が、年齢性別の区別なく、様々な形で体験し、「健康で幸せ」になっていただける様に“ダンスうんどう”をおすすめしています。



「健育」で心身の健康を維持！ 「健育」で幸せを体感できる！

人は高齢期を迎え、健康を維持することが難しくなっても、病気や怪我で身体が辛い状態であっても心は健康でいることができます。

みなさんが「健康が一番の幸せ！」と考え、健康寿命を延ばし「ありがとう」を感じられる時間を共有し笑顔でいることができたならそれが最高の健育です！

そのような環境を創るお手伝いをするのが「ダンスうんどう塾」です。全国の自治体が医療費の増大などにより財源が乏しくなり“負のスパイラル”を続けています。一日でも健康でいることが幸せであり、笑顔でいれて、かつ医療費の削減となります。日本を豊かに・・・文字通り地域再生の原理と考えています。さあ～、始めましょう！ 0才から100才までコミュニケーション・対話の機会として、「健育」を推進し、地域が一体となった、まち育て・ひと育てを実現しましょう。



①イキイキ健康体操



②三世代DUマッチングリーグ



③ゆるダンス体操(ガサエビ体操)

お問合せ先

ダンスうんどう塾・本部 TEL 090-3778-3488(中村)

Mail; otaru@dance-undoujuku.jp

イキイキ“健育”ダンスうんどう委員会 TEL 090-3987-9885(田原)

Mail; danceundoukitaq@jcom.home.ne.jp