

★全会員対象 お知らせ★

Setagaya  
アミーゴ

せ た が や ね ん ど こ う り ゆ う  
Setagayaアミーゴ 2022年度交流イベント

『心もからだもリフレッシュ！みんなで楽しもう！！』



みなさん！

コロナでずっと集まれませんでしたが、  
いよいよ、11月23日(水・祝)にSetagaya  
アミーゴの交流イベントを行います。

久しぶりにみんなで集まって、ストレッチ、ダンスで  
からだを動かし、クイズをして楽しい時間を  
過ごしましょう！！

※コロナウイルスの感染拡大状況を鑑み  
イベントが中止になる可能性もございますことを  
ご了承ください。

プログラム内容

第1部 「わくわくダンス！のびのびストレッチ！

みんなで思いっきり踊っちゃおう！！」

コロナで、運動する機会も減り、からだがかた  
固くなっていませんか？木原 丹先生の楽しい  
ストレッチとダンスで心もからだもポッカポカ！！

第2部 「〇×クイズ、なんでもバスケット、

みんなでいっしょに楽しもう！！」

いつも大人気の「〇×クイズ」、そして「なんでも  
バスケット」を会場に集まったみんなといっしょに  
楽しみましょう！※当日はマスク着用でご参加を  
お願いいたします。※身体を動かしますので、  
動きやすい服装でご参加ください。

日 時： 2022年 11月23日(水・祝日)

(13:30～15:30 受付開始は13:15～)

場 所：区立保健医療福祉総合プラザ 1F 実習室

参加費：無料 定員：15名

持ち物：飲みもの、汗拭きタオル

参加してみたいひとは、このお知らせをご家族の方  
とよく読んで、10月15日(土)～10月25日(火)に  
FAXで申し込んでください。

※定員に達した場合はご連絡させていただきます。

※高等部卒業以上のご本人を対象といたします。

★先生の紹介です★

木原 丹(きはら あきら)先生

サニーフラワーダンス主催

ダンス講師としての経験20年。発達障害、ダウン症、  
自閉症、知的障害を持つ本人向けにダンスレッスンを  
行い始めて5年。なによりも楽しむ事、そして個性を伸ばし、心身  
がワクワクするレッスンをモットーにしている。

10代よりストリートダンスをはじめ、有名アーティストの  
MVやバックダンサーを務める。自身の創作作品にて国際コ  
ンクール受賞多数。役者として、新劇や様々な舞台、ラジ  
オ、CM、映画などに出演。

♪当日みんなでおどる曲は♪

Yoasobi 「夜に駆ける」

B T S 「ダイナマイト」ほか多数  
おたのしみに～♪