

## ヘルシーキャンパス フィジカル部門企画 「ラテンダンスレッスン」開催報告

2018年7月10日

京都大学環境安全保健機構健康管理部門

2018年7月5日（木）17:30～18:15に、京都大学吉田キャンパス 保健診療所地下 健康づくり オープンラボで、「ラテンダンスレッスン」を開催しました。  
総勢20名が参加しました。

### 当日の様子

今回のヘルシーキャンパス企画は、初めてのラテンダンスレッスンです！講師の舞踊歴35年のプロダンサー田辺美地徒さんをお招きし、マンボの基本的なステップを学びました。右、左、右・・・下がって左右左！？最初は「あれ？どうするの？」「わからへん！！！！」と連発のみなさんもしばらくすると、ラテンのリズムで素敵にダンスされていました！腰痛予防やお腹のシェイプアップ効果も期待できるそうですし、なによりも楽しく踊って笑って、心身ともにリフレッシュできました。

御参加ありがとうございました。楽しかったですね！

### 感想・体験者の声

- ・運動する機会がほしかったので。
- ・もともとダンスは観るのが好きですが、ダンスを習う機会はあまりないので参加した。
- ・ダンス教室はなかなかハードルが高く、さらにラテンダンスとなるとこういう機会でもなければ実際経験するチャンスはないと思い参加した。
- ・たまたま早く帰れる週であり、しかも受講料が無いという特典が良いと思った。久々のラテンダンスを懐かしむ。

などの感想がありました！ご参加、ありがとうございました。次回もお楽しみに！



（報告： 八木 亜紀）