



We are

チームちくしの

“Team CHIKUSHINO”

体と心の調和を

ちくしの太極拳クラブ

中国で始まり、今では多くの国で愛好されている太極拳。市内でも、太極拳の活動をしているサークルが多くあります。ちくしの太極拳クラブはその中の一つです。

ちくしの太極拳クラブは、地域の健康維持と交流を目的に昭和61年に発足し、現在は70〜80代の人たち8人が在籍しています。以前は市内各地で活動し、100人以上が在籍をしていたこともあったそうです。これまで、小学校でのお手本や外国人との触れ合いなど、太極拳を通して多くの人との交流を行ってきました。

ゆっくりとした中にも力強さを感じさせる太極拳の独特の動きには、全身を使つての動作だけでなく、精神面での落ち着きも求められます。ちくしの太極拳クラブでは、ストレッチや健康体操をじっくりと行い、体と心を落ち着かせるための休憩もこまめに挟むようにしています。「きつくなつた

ら自由に休むことができるのも、楽しく活動を続けられている要因です」と話す参加者の松下ユキエさん。

和気あいあいとした雰囲気の中、それぞれのペースで無理なく楽しんで活動をする仲間を募集しています。太極拳を経験したことがある人はもちろん、ストレッチや健康体操に興味のある人も、これを機に参加してみませんか。見学も大歓迎です。



ちくしの太極拳クラブ

- 日時・場所 毎週金曜日(9時〜11時)生涯学習センター
- 連絡先 吉椿
- ☎(924)1528

掲載希望を募集します

このコーナーへ掲載を希望するクラブやサークルを募集します。対象は、筑紫野市民を中心にして市内で活動している社会教育団体で、営利目的・会費の一部が主催者や上部団体の収入になるものを除きます。詳しくは問い合わせください。

● 問い合わせ先
秘書広報課 広報広聴担当