

# ぴーぷる

よさこいソーランを踊って、ピンピンコロリの人生を——。こんなキャッチフレーズで昨夏、65歳以上の女性中心の「アイドルグループ」がつくば市に誕生した。名前は筑波山をもじって「ツクバあさん47」。

「みんなが注目して憧れる、高齢者のお手本を目指します」と、生みの親の守屋俊甫さん(30)は話す。「47」は、楽しい運動療法として全都道府県に発信したい、との思いを込めたという。

週2回の練習会は誰でも参加できる。にぎやかな曲に乗せたダイナミックな踊りを、祭りやイベントで披露してきた。全員

## 「ツクバあさん47」生みの親

もりや しゅんすけ  
守屋 俊甫さん(30)

が完璧にそろってはいないが、それでOK。「各自の筋力や柔軟性に応じて、しっかりと踊ることが大切」

守屋さんの指導は、解剖学や生理学に基づくトレーニング理論で裏打ちされている。筑波大の体育専門学群を卒業し、市内でジムを営むその道のプロだ。

大学4年の学園祭で、同じ北海道出身の学友らと演舞に挑戦

「ユニバーサル・ソーラン」を掲げて活動を続けてきた。ツクバあさんプロジェクトは、これまでの「みんなで楽しく」に「健康増進」という目的が加わった。

「カロリー消費とかメンタル面の効果とかが分かれば、普及に弾みがつく」。4月から大学院で、ソーランと健康について研究する予定だ。(吉田晋)

