

① 団体名
団体紹介

アカハイ・ホヌ

笑顔で歌って踊る「うたごえフラ」
「うたフラ」

懐かしい歌や耳馴染みの曲に合わせて体を動かします!!
笑顔で楽しく歌を口ずさみ、座って良し!! 立って良し!! でフラダンスを楽しみ、
老若男女 誰でも参加できるのが「うたごえフラ」です!

② 活動状況

2019年4月～2020年1月の10ヶ月で59回の活動を、広島市全域で実施致しました。残念ながら今年のス・3月は予定していた活動を全てキャンセルし活動自粛をしました。しかし、59回行った「うたごえフラ」の参加者の皆さんから沢山の感謝のお言葉や次回を熱望下さる嬉しい反響を頂きました。

アカハイ ⇒ 上品な、優しい



ホヌ
⇓
海がめ

ホヌ..は
神様のおつかいと
して、ハワイでも大切に
されています。



フラダンス披露(大人チーム)



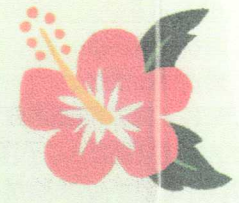
フラダンス披露(キッズチーム)



認知症カフェにて、うたごえフラ披露

アカハイ・ホヌ

フラダンスを披露したり、足腰に自信のない人や立位が難しい人に、座ってできるフラダンス(うたごえフラ)を指導し、一緒に体を動かしています。
定例会はみどり坂集会所などで随時開催しています。



代表の山口明美さん

—代表者より一言—

小学生から84歳までのメンバーがおり、踊りもさまざまで、参加した人たちに喜んでいただいています。
また、「うたごえフラ」は、歌いながら座って踊るフラダンスなので、無理なく楽しんでいただけます。「久々に笑ったわ〜」「また来てね」と声を掛けていただき、メンバー一同、やり甲斐を持って楽しく頑張っています。

ふむふむを利用して
活動しています

フラダンスを通して、高齢者の健康増進に取り組んでいる市民活動団体「アカハイ・ホヌ」。平成30年4月から、安芸区ボランティアセンターに登録し、同区を中心に活動しています。講師の山口明美さん(下写真)は介護福祉士でもあり、高齢者の立場に寄り添った活動を展開しています。



アカハイ・ホヌのフラダンスでは、耳慣れた日本の名曲に合わせて歌ったり踊ったりしています。以前、働いていた介護施設でフラダンスをしたら好評で、「これなら楽しく健康を増進できる!」と思いましたが、そこで、足腰が弱くなった高齢者のために、座ったまま踊れるフラダンスを考案しました。頂いている助成金は、フラダンスの備品購入費や、交通費として活用しており、去年は57件もの依頼に応えることができました。助成のおかげで、遠方からの依頼にも応えられるようになり、活動の幅が広がったと感じています。今後も楽しみながら健康を増進できるフラダンスの普及に努めていきたいです。



▲地域住民の交流の場である「矢野の家」(安芸区)でフラダンスの指導をする山口さん(奥中央)

③ 活動成果と今後の課題・展望

活動メンバーも小学生から80代と幅広い年齢層と共に、高齢者施設・高齢者地域活動への参加、また児童施設や障害者施設などへの慰問やうたフラの指導に伺いました。またこの状況下の中でも、うたごえフラを心待ちにして下さる皆さんが沢山居ます。先ずは6月中旬以降、児童施設を皮切りに、コロナ対策をしっかりと準備した上で、活動を開始する予定です!! こんな時だからこそ、皆さんに笑顔を届け続けたい!!

広報 ひろしま
市民と市政