

高松市生涯学習センター 生涯学習推進事業（子ども教室）

「夏休み！楽しい子どもハワイアンフラ」を開催しました。

令和2年8月8日土曜日に、メレアロハ ホクラニ インストラクターの山本博子さんを講師にお迎えし、小・中学生を対象に「夏休み！楽しい子どもハワイアンフラ」を開催しました。

はじめに、素足になって準備運動としてラジオ体操、屈伸運動、手首、首を回して体をほぐしました。今回小学生7名の参加があり、講座では「^{ウル パラ クア}Ulupalakua」のハワイアンダンスを練習しました。「ウルパラクア」とは、マウイ島の地名でもあり、ウル（熟す）パラ（甘い）クア（背中の荷物）という意味だそうです。



次は、ハワイアンダンスの基本姿勢。足を開いて膝を緩めて立つ。簡単そうですが思った以上に大変な姿勢でした。続いて「カオ」「カホロ」という足のステップについての練習をしました。慣れてくると、曲に合わせてステップの練習をしました。なかなか講師のように流れるような動きは難しそうでしたが、子どもたちは講師の動きを一生懸命見ながら練習を重ねていきました。途中水分補給や休憩をはさみながらの練習となりました。曲の1番、2番、3番。テンポの速い曲で軽快に元気に踊れる曲でした。曲中に「ヘイ、ヘイ」と掛け声をかけるところがありましたが、皆さん恥ずかしかったのか、小さめの声での掛け声となりました。

フラは足のステップだけでなく、手の動きもあります。手の動きは手話になっており、歌詞の意味を伝える動きでした。今回の曲はカウボーイが登場する話の曲なので、縄を頭の上で回す仕草もあり、他にも山を表したり、寒さを表したりレイを掛ける仕草もありました。

最後は、曲の1番から3番まで通して踊り、最後は決めのポーズで終了となりました。1時間30分という限られた時間でしたが、集中力も切らさず1回の講座で1曲の踊りを練習することが出来ました。参加された保護者の方も一緒にフラを体験したり、動画を撮られていたので、自宅に帰ってからもフラの練習が出来そうでした。暑い夏休み中の講座でしたが、しばしハワイの風を感じたひと時となりました。

