



ダンスで体と心に元気をチャージ!
家族の健康を応援します。

制作 / まさ出版 構成・文 / 安井雅子
デザイン / 倉谷聡美 制作プロデュース / 園部由美

社会福祉法人ともかわさき
中川浩さん(教室マネージャー)

社会福祉法人ともかわさきの障害福祉施設「ひらま」に地域交流の一環としてダンス教室「HIRA☆DAN」を開設。インクルーシブ・ダンスを通して障がい児者への理解が進み、誰もが安心して暮らせるまちになることを願い、教室の運営をサポートしている。



Inclusive Dance



誰でも参加できる無料のダンス教室 HIRA☆DAN Q&A

Q どんな活動をしているの?

A 川崎市の社会福祉法人ともかわさきの障害福祉施設「ひらま」で、2020年秋からダンス教室「HIRA☆DAN」を開催しています。プロのダンサーに、基礎から丁寧に教えてもらえて、なんと参加費が無料なんです。会場では、検温や手指消毒などコロナ対策を徹底。オンラインでも受講することができるので、ぜひ気軽に参加してくださいね。在宅勤務で運動不足の方も、ストレスがたまっている方も、ダンスでリフレッシュしましょう!

Q「HIRA☆DAN」を作ったのはなぜ?

A 「ダンスを通じて、障がい児者と地域をつなぎたい」という願いから、HIRA☆DANをスタートしました。障がいのある人に限定するのではなく、誰もが参加できる場にしたいと考えています。教室は平日の夜なので、半数以上が仕事帰りの会社員の方です。NECダンサーズのメンバーも通っていますよ。



.....
障がいのある人とない人が
.....
ともに暮らせる
.....
地域を育てていきたいです
.....

動画で楽しくダンスをおぼえよう!

「NECけんぽ」で動画レッスンを公開中。
毎月少しずつ振付をおぼえて、1曲踊れる
ようになればいつの間にかダンスが日課
に!さあ、あなたも一緒にLet's Dance!



<https://www.neckenpo.or.jp/douga/>

HIRA☆DANのレッスンを公開中!

川崎市コミュニティチャンネルで、HIRA☆DANが紹介されています。毎週火曜日夕方5時半から行われているダンス教室の様子が、動画でご覧いただけます。HIRA☆DANのことをもっと知りたい方は、ぜひご覧ください。



次号は、長谷川貴司さんのオリジナル曲「Inspire」です。

H IRA☆DANがスタートした時、コロナ禍だったこともあり、告知は特に難航しました。大人数で集まることができないため、どのようにダンス教室を運営するか、スタッフで話し合いを重ねました。その結果、会場とオンラインの両方でレッスンをを行うハイブリッド方式で開催することになりました。オンラインのシステムに詳しく、HIRA☆DANボランティアの協力を得て、無事レッスンがスタートしました。状況に応じて、オンライン中心にしたり会場中心にしたり臨機応変に対応して、地域の交流を途絶えさせない場を提供していきたいと考えています。

障がいのある人が気軽に足を運べる場所は少なく、学校や職場以外で健常者と知り合う機会は限られます。でも、HIRA☆DANでは、障がいのある人もない人もみんなで楽しくダンス。一緒に汗を流した後は、和気あいあいとしやべりをしながら一緒に帰宅しています。

昨年、川崎市のイベント「かつてにおもてなしフェス」でパフォーマンスを披露し、地元の方が、アットホームな雰囲気で見守ってくれました。地域の方との絆が深まっていることを実感し、心が温かくなりました。これからも、ダンスを通じて障がいのある人となない人が、ともに助け合い、ともに暮らせる地域づくりに取り組んでいこうと考えています。