

指導(活動)分野	健康フラダンス	指導	披露	講義
ふりがな	まるた よしこ	登録番号		
氏名またはグループ名	丸田 芳子	G - 1		
指導(活動)内容	・ハワイアンミュージックと共に、体を動かしながら遊びや学習を行い、認知症予防と健康促進します			
対象者の程度	気軽に楽しむ	初心者向け	中級者向け	上級者向け レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子)	小学生	中高生	大人 高齢者 どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・地域健康講座での指導 ・シニアホームでの認知症予防として音楽と共にハワイアンダンス ・音楽ケア体操指導員(マイスタージャパン認定)			
経費	・指導(活動)料 5,000円    ・材料費 なし    ・交通費 なし			

### 【プログラムの一例】

#### イスに座ってハワイアンダンス

定員:15人 所要時間:40分

- ① 簡単なフラダンスの動きを入れてイスに座ってハワイアンダンス
- ② フラダンスの動きとリトミックスカーフを合わせてハワイアンダンス
- ③ ハワイアンミュージックを聞きながら簡単な楽器演奏



### 【街の先生からひとこと】

楽しい環境の中でハワイアンミュージックと共に簡単なフラダンスの動きを取り入れて脳と体を活性化しましょう。