タヒチアンダンスのお誘い

「タヒチアンダンス」って何？

私が、習いだした頃も今も変わらず言われてしまいますが(笑)、いつも「フラダンスが激しくなった感じ」とか「映画のフラガールでクライマックスに踊ってたダンス」と説明します。長野県でもほんのわずかしか教室がなく、探してやっと通える範囲が埼玉でした。知られてないのもうなずけます。

タヒチアンダンスは、その名の通り、フランス領ポリネシアのタヒチに古くから伝わるダンスです。フラダンスの起源とも言われるほど歴史は古くタヒチ人たちは、楽しいこと、嬉しいこと、お祝い事など何かあるときに踊ったようで、音楽のバリエーションも多く、打楽器のみで奏でる音楽に合わせて踊るオテアや歌の入った曲に合わせて踊るアパリマなどがあります。

今回、七夕祭りにて踊らせていただいたのはオテア2曲とアパリマ1曲なのですが、アパリマはパレオを巻いた格好で踊ることが多いです。

衣装もステキ

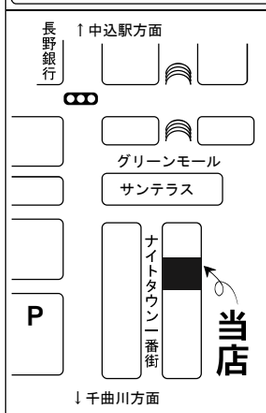
衣装に注目されることも多く、材料が木の皮だったり、ココナッツの実の皮、鳥の羽、花、貝、植物の葉などを組み合わせて作ります。露出度が高めなところが南国感を出していますね。

タヒチで7月に行われる大きな大会は必ず自然に存在するものを使うことが義務づけされています。もちろん、日本の大会ではタヒチアン向けの生花等が手に入らないため葉や花は造花で作ることが認められています。その衣装作りもほとんどが自分たちの手作り。タヒチでは植物が傷まないように大会の前日に作るようです。私がこのダンスを始めたきっかけは実は衣装だったりします。

エクササイズに最適

ウエスト、ヒップ、ハンドモーションを組み合わせて時には激しく、時にはゆっくり踊るこのダンスは実は運動量が多く汗もかきます。ウエストにくびれが欲しいとか、運動苦手だけど何かしたい……という方におすすめです。もちろんダイエットに最適で音楽に合わせてダンスを習得しながらナイスバディも期待できます。

（3面につづく）



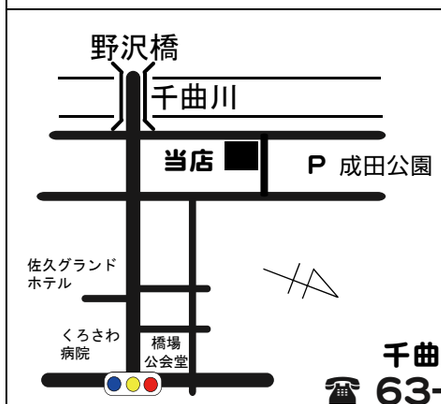
さ～夏本番!!

ご家族でもOKです。

生ビールのうまい季節がやって来ました
暑気払いはお決まりですか?
料理2,100円～ ご予約承ります。
飲み放題は1,890円(2時間)です。

営業時間 PM 5:30～AM 1:30
日曜日定休

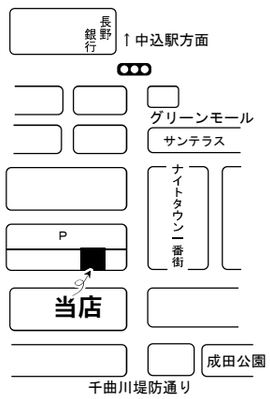
味の店 焼き鳥 ラーメン さらさ
中込ナイトタウン一番街 ☎ 62-5429



はじめました
カラオケ唄いほうだい
1:00～5:00pm **1,000円**（ドリンク、つまみ付）
○お一人様でも
○グループでも
○ダンスも踊れます。
○アルコールは別料金

夜は6:00pmからスナックです。

千曲川通り
☎ 63-2071
キューバンルンバ



― 夏本番!! 生ビール祭り開催 ―

◆ 夕方5時～9時まで
生ビール中ジョッキ 380円
樽ハイサワー各種 280円

※予約料理等もご予算に合わせて承ります
2名様より
最大 30 名様迄

韓国居酒屋 くいしんぼう
佐久市中込 2-9-8
営業時間 5:00PM ～ 3:00AM
第二・第四日曜日定休
☎ 0267-64-1548
笹木 080-1150-4832

（2面よりつづき）

少しでも気になったらまずは試してみることをおすすめしたいです。私たちはまだ人数も少ないのでなごやかにやってますから是非おいでください!!

グループ名…HITIMAHANA（ヒティマハナ）
レッスン会場…セブンイレブン佐久平駅北店2F
お問い合わせ…090-5437-0236(ウエダ)
レッスン時間：毎週水曜日19時30分～20時30分と、第二・第四日曜日の11時～13時
年齢…小学生以上～無制限

内山キラキラプロジェクトから

七夕まつりでは内山紹介ブースへたくさんの願いごとの短冊、並びにクイズへのご応募、ありがとうございました！

今年の短冊最終枚数は、**811**枚でした。

枚数当てクイズの当選者は、809枚(2枚差)と書いた方が2人で…、内山の神戸健一さんと、中込の丸山力也さん。

814枚(3枚差)と書いた方が1人で…、内山の関口佳司さんでした。

以上3人の方にお土産が当たりました。おめでとうございます！

お土産のお届けは、一週間前後お待ちくださいませ。

今年のブースで紹介しました「**内山の百八灯**」は8月16日の夜です。近隣の皆さま、よかったら内山のお盆の風物詩を見にいらしてくださいね。

第149回うたごえ喫茶

やまのうた特集～うたごえ高く、山高く♪
日時…7月27日(金) PM 6時～9時
毎月第4金曜日、12月のみ第3金曜日に開催
会場…喫茶明正堂・飲み物代…600円
お問合せは明正堂（62-0875）へ。

タオルをご提供いただきました

この度、中込商店会に「タオル」が300本ほど、中込の一般の方より、ご提供を頂き、「もってぇねぇ市」や、「東北のうまいもん市」でお買い上げにより、お客様にプレゼントいたしました。

高品質の「タオル」で、プレゼントされたお客様には大好評。タオルをもらうために、再来店するお客様もいたほどです。

最近は、物品のご提供など殆どありませんので、スタッフ一同また、お客さんにも喜んでいただき、非常に助かりました。

ご提供をしてくださいました方、本当にありがとうございました。

次回のもってぇねぇ市
会　場：中込交流センター
7/28(土) 夜7時～8時　出品受付
出品料は1品10円です
8/4(土) 11時～2時　販売
2時30分～3時 出品者清算

クーポン券

おかげさまで30周年
日頃の感謝を込めて…
お得で嬉しい企画がいっぱい

この券をご持参の方一名様に限り
シングルルーム…¥4,000→ ¥**3,500**
にてご宿泊いただけます。

TEL 0267-62-6200
http://hotelnakajima.com/
ホテル ナカジマ