

恒例！いきいきシニアが集う 「第三回高島平ダンスホール」が 6月10日に開催決定！

終活セミナー及び相談会の企画運営から、高齢者パネルへのマーケティング支援まで、高齢者事業を幅広く手掛ける、一般社団法人終活コンシェルジュ(所在地:東京都新宿区、代表理事:齊藤 進)では、高齢者に充実した時間を提供し、運動を通じて健康寿命を延ばす一環として、社交ダンスパーティー「第三回高島平ダンスホール」を開催致します。



平成28年2月13日に開催された「第一回高島平ダンスホール」の様子(左)

平成28年10月8日に開催された「第二回高島平ダンスホール」の様子(右)



毎月開催している「高島平踊活会」の風景

■高島平ダンスホールの開催について

団塊の世代が多く住む東京都板橋区にある高島平団地界隈で、「若い頃に観た映画・聞いた音楽・過ごした場所での踊り」を共通の話題として、若かったあの頃を懐かしんで頂き、シニアの皆さまの様々な活動のきっかけづくりになればと思い、「高島平ダンスホール」と称して社交ダンスパーティーを開催致しました。

2016年2月・10月に開催し、その参加者の方々のご縁から、地域で活動されている社交ダンスサークルや、板橋区老人会でのダンスパーティー、アマチュアダンス競技会にフォーメーションで参加するシニアサークル等、多くの社交ダンスの機会があることと、それに参加する方々がとても多いことを改めて知ることが出来ました。

また、参加頂いた多くの方から次の機会を楽しみにする声を頂き、ダンスを通じて健康寿命を延ばすことはもちろんのこと、「趣味を通じた「人とのつながり」をもつことが、充実した生活を送る為には必要であると考え、ひとつのきっかけとなればと思い、高島平ダンスホールを継続して開催してまいります。

■踊活(とうかつ)とは

高齢者の方々が「踊ること」を通じて、充実した老後を過ごして頂くとともに、健康寿命を延ばす活動を指します。また、地域交流の場としても活用し、単身高齢者、言わば「おひとり様」に知人・友人をつくるきっかけとし、安心して暮らせる・顔なじみがいる環境になればと考えております。

現在、「高島平踊活会」と称して毎月高島平区民館で、競技者でもある曙橋さくらダンスの飯田満之プロと松浦茜プロをお招きし、ブランクがある方やこれから始めたい方向けの初級者コースと、もっとうまくになりたい経験者の方向けの中級者コースを、1時間500円というリーズナブルなレッスン料で参加できるよう開催しております。

終活コンシェルジュでは、社交ダンスを身近な場所で気軽に触れられるよう、先生方にもご協力頂きこのような機会提供を行っております。

■高齢者参加型イベントを行う背景

私たち終活コンシェルジュは「4人に1人が65歳以上の高齢者」と超高齢化社会の日本の中でも、10年先を行くと言われている、東京都板橋区高島平の高度経済成長期に建てられた「高島平団地」内に「終活コンシェルジュ高島平なんでも相談室」を設け、日々高齢者と接しております。

※活動日誌が読めるなんでも相談室ブログはこちら

<http://nandemocafe.blog.fc2.com/>

高齢化が進むにつれ、高齢単身者の所謂「おひとり様」は増加傾向にあり、地域・人との交流も減る為、引きこもる方が多くなっていると言われております。

そうした、引きこもるお年寄りを1人でも減らし、元気なお年寄りを外に出る機会を地域に作る必要があると考え、終活コンシェルジュがシニア向けに提供してきた過去のイベントの経験から、「運動不足を解



消し、みんなで楽しく踊る」機会を提供し、「引きこもるお年寄りを1人でも減らし、ダンスを通じて健康寿命を延ばす」取組みができればと思いスタートし、このような多くの高齢者が楽しく参加できるイベントを行っております。

■終活コンシェルジュの想い

現在、巷では「終活」の認知も進んでおりますが、終活を「人生の終末や死別後に備えた事前準備」とだけで捉えるのではなく、「介護や生活における身の回りの相談等、老後の生活に関する問題」から「老後をより自分らしく、有意義に過ごす為の活動」まで解決することが本来の「終活」だと考えており、当団体では「生きているうちに、どう有意義な生活を送る為に関われるか」を主眼とし、現状の高齢者の動向を調査し、より良い生活を送って頂けるような提案ができればと考えております。

■ダンス講師の方々との協力関係

高島平ダンスホールは、第一回にデモンストレーションやレッスンを行って頂いたダンスジャルダン大森山王ステューディオの田中一世先生・香山奈音先生と、「踊活」の講師でもある公益社団法人 日本ダンス議会(JDC)プロ競技者である、曙橋さくらダンスの飯田満之プロと松浦茜プロにも参加頂き、団体の垣根を越え高齢者の方々に有意義な時間を提供する趣旨にご賛同頂き、今回のイベントにも参加を予定しております。

【開催概要(予定)】

イベント名:シニア向けダンスイベント「第三回高島平ダンスホール」

日時:2017年6月10日(土)13~16時

会場:高島平区民館3F大ホール

定員:150名

参加費:1,500円(軽食付)

お申込み方法:下記にお電話ください

0120-108-251(平日 10~18時)

【一般社団法人 終活コンシェルジュについて】

本部:〒160-0023 東京都新宿区西新宿 3-13-11-201

代表者:代表理事 齊藤進

設立:2012年10月31日

Tel:03-6276-8097

Fax:03-6276-8125

URL:<http://www.shukatsu.or.jp/>

事業内容:終活相談業務全般、終活全般のセミナー及び相談会の企画運営、高齢者パネルへのマーケティング支援