
シニアイベントレポート

第三回高島平ダンスホール

— 110名もの「いきいきシニア」が社交ダンスを堪能 —

終活セミナー及び相談会の企画運営から、高齢者の身元保証・相続・遺言などの終活相談、シニア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とともに、顔なじみを作るコミュニティ形成の一環として、平成29年6月10日（土）板橋区高島平区民館大ホールにて、社交ダンスの機会を提供する踊活（とうかつ）のパーティイベント「第三回高島平ダンスホール」を開催。そのイベントを報告させていただきます。



平成29年6月10日に開催された「第三回高島平ダンスホール」の様子

■イベントレポート

当日、会場には 110 名もの方にお越しいただきました。

三回目を迎える高島平ダンスホールの開催を楽しみにしていた方も多く、会場前にはすでに 50 名ほどの方がお見えになっていました。



ダンスタイムはまさに昔のダンスホールの様な賑わい

今回は、地域の社交ダンスサークルと、終活コンシェルジュが毎月高島平区民館で行っている「高島平踊活会」の有志による、サークルフォーメーションを行いました。

社交ダンスも複数のサークルがパーティに参加し、披露する場は少ないとの事で、今後も日頃の成果を見てもらえる場として提供し、サークル間の交流にもつなげていければと思います。

また第一回から取り入れているダンスレッスンをを行い、踊りにブランクがある方から全く踊ったことが無い方まで参加できるコンテンツとして、体を動かす事と社交ダンスに触れるきっかけになればと実施し、多くの方に参加頂きました。

最後には踊活の講師でもある、飯田満之プロと松浦茜プロにデモンストレーションを行っていただき、ショーとしても楽しんで頂きました。今回も前回同様、多くの方々の協力や、街の人が声を掛け合い、沢山の方にお越しいただき、今まで来ていただいた方以外にも、各地から新しくこのイベントを知ってこられた方もいらっしゃいました。

また当日の様子は高島平新聞社様と J:COM 様にも取材頂き、日本の高齢化を先取りする街でも、これだけいきいきとしたシニアが沢山いる様子を発信できたのではないかと考えています。

■高島平ダンスホールとは

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、2016年より開催しております。

■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少しずつ変えていければと考えております。

■高齢者参加型イベントを継続する必要性

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年も20年も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感じます。

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」取り組みができればと思います。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。

■ダンス講師の方々との協力関係

「踊活」の講師でもある公益社団法人 日本ダンス協会(JDC)プロ競技者である、曙橋さくらダンス主宰の飯田満之プロと松浦茜プロにも参加頂き、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ご協力頂きました。

■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。

■今後の踊活スケジュール

【概要】

社交ダンスを通じた地域交流の場です。まったく踊った事のない方からブランクのある方、もっと上手になりたい方まで楽しく運動不足を解消しましょう。

【会場】

板橋区高島平区民館 3階集会室

【時間及びレッスン代】

初級コース 13:00～14:00 60分 500円

中級コース 14:30～16:00 90分 1,000円

【日程】

7月3日(月) 8月7日(月) 8月28日(月)

9月11日(月) 9月25日(月) 10月16日(月) 10月30日(月)

【お申し込み方法】

先着申し込み順 ご予約・お問い合わせは下記にお電話下さい

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

高島平なんでも相談室: 〒175-0082 東京都板橋区高島平 2-32-1-102(コミュニティーカフェ・高島平駅前内)

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、高齢者の身元保証事業、終活全般のセミナー及び相談会の企画運営、介護事業者・医療従事者向け勉強会・研修の企画・運営、高齢者パネルへのマーケティング支援等