

フラマダムのお楽しみ新聞

# HULA

2023年2月



2022年わたしたちのなかま♡

Aloha...！フラマダムのお楽しみ新聞第2弾を作りました。

アンケートに答えてくれたみなさん、

答えていなくても、2022年に一緒に踊ってくれたみなさん、

フラを愛するなかまがこんなにいっぱいいますよ～。 なえ



Yokohama Hula Studio

あなたのことをかいてみませんか♡

1. フラを始めて、自分が変わったことはある？

2. 今、ハワイに1週間滞在出来るとしたら、どう過ごしたい？

3. 使用期限1年間の1億円をもらえたとしたら、何に使う？

4. 今年、いちばん嬉しかったことは？

1. ふだん、毎日、フラのことを想って過ごしている。恋みたいに♡  
2. カウアイ島のハナレイで景色を見て静かに過ごしたい。ハワイアンのご家庭にホームステイして文化を学びたい。 3. グリーンLeiステーションを横浜に作る。シダとティーリーフを、地域のおとなやこどもたちみんなで育てる。おしゃべりしたり、レイを編んだり、キルトを縫ったり、ストレッチをしたり、踊ったり、歌ったり、本を読んだり、絵を描いたり、写真撮ったりして過ごせる、美しい公園。カフェとお花屋もある、笑顔あふれる場所にしたい！ 4. 対面、オンライン、Hula-Me、を変わらず続けられて、たくさんの出会いがあったこと。生まれて初めてゲーム（あつ森）にはまったこと。Nae



1. フラ好きが、増した。2. ダイビングして、ビーチで、のんびりです。3. 事業か、投資して、人の為になることをします。4. ライブや舞台を見に行けたこともたけど、健やかに過ごせたことかなあ。

1. 自分の時間がとても大切なことに気づきました。2. ただただ壮大な自然に包まれたい 3. キャンピングカーを買ってキャンプ三昧。4. 娘の誕生日に娘から産んでくれてありがとう♥と言われたこと☺

1. フラを初めて少し体を大切にするようになった。2. ハワイに滞在するなら牧場に行ってみたい。3. 一億円はローンを払ってリフォームしてティファニーのジュエリーを買う。4. 嬉しかったのは子どもが無事に入学して通ってること。

1. 自分にとっての癒しの時間を大切にするようになった2. 多少焼けても良いから綺麗な海をボーっと眺めて癒されたい、リゾートホテルでまったりして、1日ぐらいは思いっきりショッピングする。ハワイアン料理が大好きなので、ひたすら食べる。特にポキ、マラサダ、ガーリックシュリンプ、ロコモコは食べたい。ハワイらしい格好して旅行気分を味わう！お花とか着けたい。3. 仕事辞めて、世界中の綺麗な景色を観に行く。貧困に困ってる子達を少し助けるような事をしたい。親に家を買う。4. 幼少期から大好きな歌手の東京ドームでのライブで、アリーナ最前列ど真ん中の席が当たり、ハートマークのファンサービスを貰ったこと。



1. フラをされている方は皆さん優しいので、自分も人に優しくなりたいと思っています😊。2. のんびり過ごして、フラを見て、美味しいご飯を食べたい！マウイ島ハレアカラの日の出自転車ツアーに行きたい！時期は違いますが、メリーモナークフェスティバルも見てみたいです！3. 引っ越しと旅行。4. なんばグランド花月で吉本新喜劇を見たこと。

1. リラックスできる時間ができた。2. フラを踊りまくる。ハワイを歩いて自然を体感&満喫する！海を眺めてポーッとする笑。3. ハワイに飽きるまで滞在♥会いたい人たちに会いに行く旅に出る♥それでも残額があるなら、貯金する😊。4. フラダンスと苗ちゃんに出会えたこと💎

1. 毎週の楽しみが増え、生活にメリハリができた！2. 観光地に行ったり、美味しいものを食べたり、浜辺でカクテルを飲んだり仕事を忘れてゆっくりしたい！3. 沖縄の離島に素敵なお家を建てたい！庭も人工芝にしたり、お花をたくさん植えたりしたい！笑。4. お友だちの紹介で素敵な彼と出会えたこと！

1. 癒されて、フラが好きなことを改めて感じた。2. アラモアナビーチ、カピオラニ公園でのんびり過ごす。カイルアにも滞在。ハワイ島にてマウナケア山頂で星空鑑賞やキラウエア火山など観光。フラのワークショップも受けてみたい。3. 家族や友人と旅行したり、美味しいものを食べる。4. カノホナピリカイを習ったこと。



1. ダンスに興味を持ったこと 音楽に合わせて踊ることがたのしいと知ったこと ☺
2. カイルアに行って日本人ジュエリー作家のマキさんのお店に行く！
3. 半分は積立投資する。残りの半分で世界の国々を旅する
4. 九十九里浜で海に昇る初日の出を見たこと ☀

1. 自分だけの時間を作れるようになった。
2. 時間に追われずに、半分のんびり過ごして、ハワイの景色を見ながらフラ教室に参加してみたい。残りは美味しいローカルフードをたくさん食べて、買い物もたくさんしたい。
3. カラダの不調部分のメンテナンス。
4. 恥ずかしがり屋の娘が、立候補して運動会の開会式で代表者として開会宣言をしたこと。

1. フラの手の意味を知ってみたいと思った。
2. 海とやしの木を感じたい！
3. ハワイに行って美味しいものを食べて、海に行く！都内で庭付きの家を探して買いなおす！おでこにボトックスを打ってシワを予防する！エステに通いまくる！いいジャンプーを買う！
4. 下の子がサッカーが少しうまくなってきたこと。お姉ちゃんがダンスを楽しそうに通っていること。

1. 特に思い当たらないです。
2. ゆっくりのんびりしたい。
3. 考えられない。
4. 特に思い当たらない。

1. まだわからない。
2. ゆっくりしたい。現地の人と交流したい。
3. マンションを買う。
4. 家族の祝い事



1. 心が穏やかになった、かな？ 2. ハワイ、行ってみたい！ 優雅なホテルに滞在して美味しいもの食べて、のんびりしたい。 3. 家を買って旅行して、残りは寄附。 4. 健康でいられたこと。

1. 犬の散歩している時や好きな音楽を聴いている時、ついステップを踏んでいてやっぱり好きだなーって、実感が感じられている。ストレッチと姿勢を気にするようになった。 2. フラのイベントを探しておいて毎日見に行くか、体験レッスンとかにも参加したい。 3. 2千万は、いろんな団体に寄付しまくる 2千万は親の家をバリアフリーに改装する。 2千万は子供に分ける。 4千万は、家のローン完済して旅行する。 4. 初動負荷トレーニングで、五十肩がすごく改善したこと。

1. 真ん中の軸を意識して生活できるようになった。感情を踊りで表現できるようになった。 2. アリイビーチで海亀とひなたぼっこ。 3. 海外旅行に行く。 4. パニック障害で家にこもってた4年間を抜け出せて外で遊べてること。

1. 好きな曲の幅が広がりました。 2. ハワイでフラを踊ってみたいです。 3. こだわり抜いたお家を建てたいです。 4. 自分が恵まれていることに気づいたことです。



Yokohama Hula Studio

1. 人にも自分にも優しく生きるようになった事かなあ。2. リゾートホテルでゆっくりしながらフラショー鑑賞を楽しみたい。実はハワイに行った事がないんです。3. マレーシアにカフェを開く。私は投資家で、時々、視察のためにマレーシアを訪れる。フラが上手になったら、カフェで踊る。4. 旦那さんと仲良し度がUPした事かな。それと、ハウステンボスが今年訪れたところの中で一番楽しかったです。

1. ハワイアン雑貨に興味が出た。2. 海辺でぼーっとしたい(笑)。3. 家と車を買います。4. 2年半ぶりに実家(青森)に行けたこと

1. 身の回りの小物やグッズがハワイアンになった。食器、モンステラ、ルームフレグランス、ハンカチ、タオル、、、。2. フラダンスを見たり踊ったりしたい。3. 海に見える最上階のホテルの部屋の一億円分回数券(あれば)で時々リフレッシュしたい。4. 単身赴任の主人が帰ってきた事(ラブラブじゃないですよ、コロナ禍でお互い心配ばかりだったから)

1. *hula*のスカートを履いて踊ってみると、とても自分が女性らしく感じて嬉しい気分になるとわかりました。2. ロミロミしてもらって、ヤシの木の中でハンモックに揺られてお昼寝したいです。3. 旅行しまくる。ハワイ島、イギリス、北海道などなど、好きな場所を車をチャーターして日本語を通訳もつけて行きまくります。4. 心の友と言える人にたくさん出会えたこと。



1. 心を表現する事は楽しいと思える様になった。2. 海が見えるホテルに滞在して、ベランダでボーッとしたりのんびり買い物したり♪3. 半分は動物保護の為に寄付。もう半分は、両親に広い畑付きの家、我が家のリフォーム。4. 母が1度も入院しないで過ごせた事

1. 癒しの時間・自分を見つめ直したりリセットする時間が持てた。  
2. ハワイにはまだ一度も行ったことがないので、王道のビーチとショッピングとハワイアンフードを楽しみたい。ガーリックシュリンプの食べ比べしてみたい！3. 思う存分海外旅行。メキシコのカンクンやシンガポール等、たくさん行きたい国はある。4. そこそこやりたい仕事である転職が決まったこと。

1. アロハスピリットを知れた事。自然がより好きになりました。2. 大自然を思いっきり体験したいです。3. 八ヶ岳辺りと沖縄に別荘を買いたいです。4. 長男の結婚式です。

1. ハワイアンSPIRITを知って、他人に優しい気持ちで接するようになったかな...?笑。2. のんびりとワイキキを散歩したりショッピングしたりプールで泳いだりしてゆっくり寛ぎたいです 3. 日本一周や世界一周の豪華船旅とオペラやJAZZのコンサート観賞 etc....😊4. 毎年毎年、今が一番幸せと感じられる毎日を送れる健康な身体に感謝できること



Yokohama Hula Studio

1. 姿勢とか呼吸とか、足の裏の感覚などの大切さを、日常で気にするようになりました。2. ハワイ島に行って火山を見たいです。海沿いをドライブしながら自然を満喫したい。3. ハワイに行く。ハワイに小さくても良いから海が見える別荘が欲しい〜。4. 本当に久しぶりにハワイに行けた事。

1. マッサージの仕事のリズムに生かされています。ぴったり曲の終わりで部位ごとの施術が自然に終わるようになったことに驚いています。心穏やかに過ごせています。2. ハワイのロミロミの先生のお墓参り、感謝の気持ちを伝える思い出めぐりをしたいです。3. スパ、カフェ、泊まれるリトリートを作りたい。4. 自分と家族が元気なこと、コロナ禍で会えなかった友人と再会できたこと、健康診断で視力が1.5だったこと。

1. 妻として母として、自分はいつも後回しだけど、自分も大切にしていんだって教えてもらえて、自分も優先出来る様になった。そこから周りにも優しくなれるようになりました。自分が幸せじゃないと、周りを幸せには出来ないよね☆☆2. コオリナでのんびり過ごしたい 予定も何も決めずに、のんびりしたい〜。3. 家や家具にお金をかけて、自分と家族の生活を整える。4. 1年間、目標に向かって努力出来たこと。結果がついてきて欲しい



1. 子育てが始まって自分のことに構う余裕がなかった頃に始めました。それから、毎回フラの皆さんと会ったり、鏡の前に立ったりするたびに、自分自身ももっとずっと輝いていたい、と思うようになってきました。2. ゆっくりする日、カルチャースクールに行く日、お買い物する日、観光する日、マリンスポーツする日、と、欲張っているいろいろな楽しみたいです。3. 設備が整った一軒家を買う！床暖房とか、食洗機とか、収納がたくさん！とか。4. マザー牧場で息子がコブタちゃんレースに出られたこと。

1. ハワイの文化を知ることで以前より自然の大切さを強く感じるようになりました。2. 時間をかけてゆっくり秘境へ行きたい。3. 絶対世界一周に行く。4. 好きなアーティストのライブへ行けたことさらに間近で肉眼で観れた最高の座席だったこと。

1. 瞑想してるような時間。ハワイアンミュージックを聴くとフラをしたくなる。2. フラを習いたい。暮らすように過ごしたい。3. 海外移住。4. 夏休み1ヶ月以上海外に滞在できたこと。

1. 4. ハワイ語に興味をもったことと、伝えるためのHULAだから伝わるように踊りたいと思った。(まだまだだけど)。2. 青い海を見ながらボーっと過ごしたり、時間がゆっくり過ぎることを楽しみたい。3. 世界中を旅行しまくる。その国の文化に触れ、美味しいものを食べまくる！4. ようやくハワイに行けたこと。



Yokohama Hula Studio

1. 少し優しくなった。2. のんびりしたいと言いたいところだけど、ハワイ島、カウアイ島、マウイ島、ラナイ島の曲に出てくる場所をまわりたい(強行スケジュール)。3. 1億円のうち8割は自分のため(旅行、勉強、物欲満たす、ハワイアンミュージシャンと大好きなフラダンサーを招く etc...)あとの2割は社会のために寄付したい。4. マリノス優勝

1. 気持ちが明るくなり日常でも挨拶をする機会が増えたと思います。  
2. ゆったりフラをして、早朝にビーチコーミングを試みたいです。  
3. ハワイのホテルのスイートルームで暮らしながら、ショッピングをしたいです。  
4. コロナ流行でなかなか会えない姪が葉書を送ってきてくれたことです。

1. 前に比べて日々をよりリラックスして過ごしてるように思う。フラはいつも自然を思い浮かべていて、それが少しずつ板についてきたような感覚～～。  
2. いっぱい上手なフラを見る！できたら一緒に踊る！海を眺める！See'sのチョコレートを一杯食べる！ハワイ独特の大きなホットケーキを毎日食べる！  
3. 半分は寄付！あとの半分でドナウ川のリバークルーズに参加する！  
4. 気に入った美容師を見つけたこと！



1. やっぱりハワイに行きたくなったら、*You Tube*でハワイアンミュージックを流して家事したり。何かを身に付ける楽しさ、嬉しさを改めて感じています。2. モアナサーフライダーと、ハレクラニに泊まって、天使の海に行ったり、アラモアナセンターで爆買い(笑)アラモアナビーチパークでフラを踊る。金曜日は、ゆっくりハワイアンビレッジの花火を楽しむ。ハワイ島でキラウエア火山見る。マウイ島のHANAっていうパワースポットとか他の島にも行ってみたい。3. 軽井沢に別荘を建て、雪に備え新しいレクサスRXを買う。4. なんだろう？コロナで遠出も出来ず会わずで。3年間キラキラしたことがないよ～。

1. 特にないです。2. ハワイのいろんな場所に行って色々体験したいです。3. 住宅ローンの返済と両親を旅行へ連れて行きたいです。あとは貯金。4. 私と主人の両親を連れて2年ぶりの食事会が出来たことです。

1. ALOHAの心を大切にしてきましたが、今は音楽を聴き、若い人のフラを見ながら、自分が動けるフラをして行きたいです。2. ハワイに行く体力があるかな？足腰も痛いので・・・温泉はないし・・・行かない！3. 出来る限り、日本中の温泉に行く。残った金額は寄付する。4. 3年前からコロナが流行し、行動も制限される中、病気で大切な友人を三人も見送り、辛い年でした。今年は友をなくすこともなくうれしい一年になりそうです。ままあ健康でフラ出来ることが幸せです。



2022年わたしたちのHula♡

■オンラインHula

*Lei Ho'oheno*

*Ka Nohona Pili Kai*

*Pūpū Hinuhinu*

オンラインのお楽しみ会

■対面の週末Hula

*Pūpu Hinuhinu*

週末のお楽しみ会

*He Aloha No Nā Pua*

*Mele Kalikimaka*

■対面の平日Hula

*Puamana*

*'ilī'ilī*

*Lei Ho'oheno*

*Pupu Hinuhinu*

*Ku'u Leo Aloha*

フラマダムのピクニック

*Nani Ahiahi*

■Yumiko

*Queen's Jubilee*

■Chiharu

*Pūpū Hinuhinu*

*Mele Kalikimaka*

■Shoko

*Pūpū Hinuhinu*

*Lei Ho'oheno*

■Masako

*He Aloha No Na Pua*

*Nani Ahiahi*

*Mele Kalikimaka*

■Emi

*Ku'u Leo Aloha*

*Ka Nohona Pili Kai*

*Nani Ahiahi*

*Lei Ho'oheno*



フラマダムのお楽しみ新聞

# HULA

2023年2月



Yokohama Hula Studio

