



ラグビーW杯の南アフリカ戦を前にハカを披露するニュージーランド代表=9月21日、横浜国際総合競技場(AFP時事)



## こども・ことばナビ 「ハカ」

ハカはニュージーランドの先住民であるマオリの伝統的な踊りで、戦いに臨むために行われていたものです。大きなかけ声とともに力強く手を動かし、足をふみならしたり太ももを打ったりしてリズムを取ります。舌を前方につき出すしぐさもあります。

かつては戦場で敵と向き合うときや平和を結ぶようなときに、部族のプライドをかけて披露す

ることで、かれらの強さと結束力を示しました。やり、こん棒などの伝統的な武器を使うこともありま

した。ハカは現代のマオリの暮らしの中にも受けつがれていて、祝いの席や人を歓迎する際の儀式などで見ることが出来ます。ラグビーの試合前にニュージーランド代表「オールブラックス」が行うハカは特に有名です。

2年ぶりの開催となった奄美市の住用地区体育祭。最終種目の地域対抗リレーは小学生から60代までチーム一丸となってバトンをつなぎました=6日、奄美市の住用総合グラウンド



ズームアップ 2019

# LET'S ENJOY WALK! 第1回 奄美ノルディック・ウォークin宮古崎

ノルディック・ウォークで楽しく健康づくりはじめませんか?  
「ノルディック・ウォーク」で歩くをもっと高めよう!

### ノルディック・ウォークとは!

ランニングやポールなしのウォーキングは、主に下半身の筋肉を使いますが、2本のポールを使うと、腕や肩など上半身も積極的に活用できます。体の約90%の筋肉を動かす全身運動ができる上、ひざ・腰への負担が軽減され、安全で効率の良い有酸素運動を行うことができます。



台風19号の影響が考えられるため、イベントの有無については、参加者の連絡先へご連絡いたします。

## 参加者募集

国直集落  
コラボ企画

10月13日(日) 締切り  
せまる!

会場 国直公民館前集合

時間 9:00~13:30

※駐車場有。係の誘導に従ってください。

参加費 1,200円 ※昼食、保険代  
コラボ企画込み

定員 50名 ※対象:大人

ポールレンタル¥300(先着40名限定)

※ノルディックポールをお持ちの方は持参下さい

### A 国直集落ブラ歩きツアー 60分ガイド付

白砂の海岸とアダン林、フクギ並木が広がる国直集落をゆっくりと探索。癒やしの写真映えスポットも!

### B 貝殻のオリジナル フォトフレーム作り60分

国直海岸の貝殻やシーグラスは多種多様!おしゃれなデザインで国直の思い出を作ってみませんか!

▲ AかBのどちらかをお選び下さい

FAXでお申し込みの場合、①~⑤にご記入の上、A4用紙へ貼付けもしくはコピーしお送りください。後日担当が連絡いたします。

①氏名	②年齢	才
③連絡先		
④ポールレンタル	有	無
⑤国直集落コラボイベント選択	A	B

### 出店ブース

#### 大和村地場産野菜

大人気!地場産物品の移動販売車が  
出店します。

### 昼食は

#### みんなで食べる鶏飯

国直のおばちゃんを作る絶品鶏飯を  
みんなで囲んで楽しくランチ!

### 【申し込み・問い合わせは】

TEL0997(53)2126

FAX0997(53)6431

南海日日新聞社 営業局広告部 担当:里、善  
奄美市名瀬長浜町10番3号

国直集落コラボ企画の詳細については  
TAMASU 担当:中村 ☎0997-57-2828

【共催】南海日日新聞社 / 特定非営利活動法人 TAMASU / 協力:奄美ノルディック・ウォーク同好会

ふだんはライバルの会社も力を合わせています。

およそ1000の民間企業・団体が、業種や規模の垣根を越えて、人の心を動かすメッセージを発信する。わたしたちは、ACジャパンです。

企業のCSR活動

