

ハワイの障害者と交流

横浜のエアロビックグループ

個人の運動能力に合わせた指導で、障害を抱えている人でも楽しく健康づくりに取り組めるクアダプテッドエアロビックスの普及に努めている

るミエコスタジオ(神奈川県横浜市の)では、国際大会の開催に向けた活動の一環として、十一日から十四日までハワイを訪問。ハワイの障害者とエ

アロビック活動などを通じて親睦を深めていく。

ミエコスタジオは、神奈川県エアロビック連盟の副理事長を務める関口美恵子さんが一九八二年に開設、九六年からは障害のある人の健康づくりを目的としたクアダプテッドククラスをスタートさせた。

今回のツアーにはスタジオの生徒、その家族など計二十二人が参加。滞在中はワヒアワのハレマノ・プランテーションを訪れ、障害を抱えた職員と一緒にエアロビックを行うなど、交流を図るほか、ダイヤモンドヘッドへのハイキングや海水浴などを楽しむ予定。

海外旅行は初めてという山村いずみさん(23)は、出発日を目標に減量に挑戦。これまでは挫折を繰り返したが「ハワイ旅行までにと真剣に取り組み、六キロ痩せました」とニッコリ。「美しいビーチで泳ぐのが待ち遠しい」と話した。

