



## フラダンス

**Uさん** 小学校・養護教諭・経験年数7年

週に1回、島内のフラダンス教室に行きレッスンを受けています。月に2回程度イベントがあるので、出演します。野外でのイベントも多く、島の風や美しい海を感じながら踊ると、とても気持ちが良いです。

その取り組みはどのくらいの頻度で実施していますか。また、どのくらいの期間継続していますか。

週に1回のレッスンを、2年半ほど継続しています。

その取り組みをはじめたきっかけを教えてください。

同じ島に住んでいる養護教諭に誘ってもらい、始めました。

その取り組みにまつわるエピソードをできるだけ詳しく教えてください。

フラダンス教室の発表会で、海が見える野外で踊ったことが1番楽しかったです。振り返ると美しい海があって、夕陽が沈んでいく

空を見ながら、気持ちよく踊ることができました。たくさんの曲を覚えるのは大変ですが、メンバーと一緒に頑張っ覚えてたり、お茶をして休憩したりと、とても楽しくレッスンを受けています。

あなたにとって、その取り組みはどんな時間ですか？ また、その時間があなたの人生に変化やプラスになったことがあったら教えてください。

「〇〇先生」ではなく、「〇〇ちゃん」と呼ばれるので、先生ではない自分を受け入れてくれる、大切な居場所になっています。島では温かい人々とのつながりが、心の豊かさにつながっているように感じています。

仕事との両立で心掛けていることはありますか？ 特に仕事以外の時間をどのように作っていますか。また、その時間を作るコツや工夫していることを教えてください。

家に帰ったら、できるだけ仕事のことは考えないようにしています。優先順位を決めて仕事をして、「明日でも大丈夫な仕事は、明日しよう」と考えて、早めに帰るようにしています。



今後、仕事以外で挑戦したいこと、勉強してみたいこと、やってみたいこと、目標などがありましたら教えてください。

鹿児島での大きな発表会を目標に、練習を頑張っています。島に住んでいる間に、たくさん曲を覚えて、少しでも上手に踊れるようになったらいいなと思っています。

これから教職員になる方に向けてメッセージをお願いします。

教員は異動が多い仕事ですが、行く先々で色々な楽しみを見つけると、楽しく働くことができると思います。勇気を出して地域のコミュニティに参加してみると、新たな趣味ができるかもしれません。

仲間の先生方に向けてもメッセージをお願いします。

余暇を楽しみながら、健康に気を付けて、長く働いていきましょう。