

ウェルネスかごしま 健康増進魅力発掘プロジェクト
ウェルネス素材部門



素材名	おはら節
名前 (ニックネーム)	深田 愛衣 様
所在地 (県名)	鹿児島県

ポイント

リモートで祖母に三味線を引いてもらいながら、おはら節を踊ってみたのですが、単純な動きの繰り返しでもいい運動になりました。

ステイホームがまだまだ求められる昨今鹿児島ならではのエクササイズとしてオススメです。
着物はもちろん大島紬で！
https://twitter.com/ai_fukada/status/1261829359373033472?s=21