

# ～フラダンスの知識～

## 【レイ】

レイには3種類あり、それぞれに意味があります。身に着ける順番も決まっており、足→手→首→頭と、下から順に上へと装着していきます。これは大地のマナ（気）が足先から体に入ってくると考えられているためなんだそうです。

- ①レイ・ポオ：頭につけます  
⇒覚えたフラを忘れないように
- ②レイ・クウペエ：手首や足首につけます  
⇒振りを忘れないように
- ③レイ・アイ：首につけます  
→身体に悪い気が入って来ないように

## 【パウ】

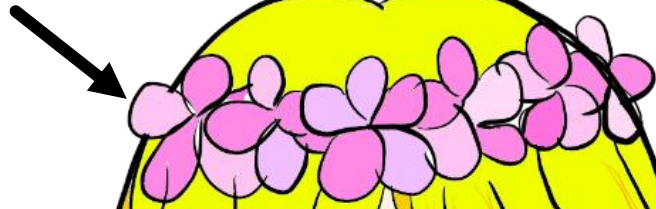
ハワイ語でスカートの意味。

フラダンスは元々神様に捧げる神聖な踊りとして、ハワイの人々に継承されてきました。そのため、その際に身につけるパウも粗末に扱ってはいけません。

パウは足から「履く」のではなく敬意を込めて頭から被る（着る）のが正式な着方です。

また、パウを洗濯してしまうとパウに宿っている精霊が流れ落ちてしまうので、「洗ってはいけない」という決まりもあるそう。

①レイ・ポオ



②レイ・アイ



パウ



③レイ・クウペエ

