

2022 年全国高等学校フラ競技大会

「フラガールズ甲子園 第 10 回記念大会」

競技解説書

作 成 : フラガールズ甲子園 第 10 回記念大会競技委員会

監 修 : フラガールズ甲子園 第 10 回記念大会評議員会

発 行 : フラガールズ甲子園 第 10 回記念大会実行委員会
実行委員長 鈴木常雄

令和 4 月 5 月 1 2 日

目 次

I	「競技解説書」作成の趣旨	P-3
II	競技内容	P-3
III	競技ルール	P-7
IV	審査項目・審査基準・点数	P-8
V	審査方法	P-10
VI	競技の停止・やり直し	P-10
VII	成績の公表	P-10
VIII	表 彰	P-10
IX	競技手順	P-11

I 「競技解説書」作成の趣旨

この大会に参加する高校生がフラやタヒチアンの競技会を通じて「踊るころ」を学び、かつ公平に大会が進められるように基準を明確にした「競技解説書」を作成しました。この解説書は第1回大会からの経緯を踏まえ順次改訂されております。

II 競技内容

1. 課題曲の部

課題曲：1「月の夜は」2「Lovely Hula Hands」3「My Sweet Pikake Lei」4「Aloha Hula」
5「This is Kauai」の5曲より1曲を選択し踊ります。(教材用DVD参照)

基本ステップについては「月の夜は」の教材用DVDに入っておりますので参考にしてください。

■教材1 「月の夜は」

原曲は S.K.Bright 作詞作曲の「Sophisticated Hula」ですが、教材として使用する「月の夜は」は門田ゆたか氏が作詞したものです。また、振付はフラガールズ甲子園実行委員会が高校生の教材として作成したものです。

歌 詞

月の夜は 浜に出て
みんなで踊ろう ヤシの木かけ
手を腰に ウクレレに
合わせて踊ろう フラの踊り
きれいなレイをあげましょう
踊り仲間のあなたに
花の冠あげましょう
踊り上手なあなたに
踊り手が揃ったら
さあさあ踊ろう 今宵ひと夜

背景：南の国の砂浜で、月の出ている夜に、みんなでフラを踊っています。

にぎやかで楽しい夜の情景が伝わってきます。

※ 男性の踊りと女性の踊りは異なっています。DVDを参考にしてください。

■教材2 「Lovely Hula Hands」

Robert.A. Anderson が作詞作曲した「Lovely Hula Hands」に日本語の歌詞がついたものを使用しているために、原曲をそのまま和訳した歌詞の解釈とは異なっている部分もあります。また、振付はフラガールズ甲子園実行委員会が高校生の教材として作成したものです。

歌 詞

Lovely Hula Hands (可愛いフラの手)
恋を語る手よ 海のような優しい手よ
Kou Lima Nani e (あなたの美しい手)
Lovely Hula Hands フラの歌声に

合わせておどろうよ 楽しい夜 Kou Lima Nani e
煌めく星よ 月影よ 浜の砂よ
恋の想いを あの人に告げておくれ
心からささげる Aloha 甘い夢呼ぶよ
Lovely Hula Hands Kou Lima Nani e

背景：夜に浜辺で楽しいフラを踊っているなかで、踊る女の子のかわいい手(しぐさ)を様々なものに例え、表現しています。

※男性の踊りと女性の踊りは異なっています。DVDを参考にしてください。

■教材3 「My Sweet Pikake Lei」

作詞 Robert Cazimero&Kaleo Chock 作曲 Robert Cazimero

ハワイ在住のクムフラ James“kimo”Luluhiwalani Awai III 氏が、高校生の教材として提供くださいました。

歌 詞

My Sweet Pikake Lei ‘Auhea‘oe	私のかわいいピカケ・レイ あなたはどこ？
E ku‘uipo My ‘einei	私の恋人よ 私のあなた
Kui ‘ia I ka lei Me ka makemake	編みこまれるレイ 願いをこめて
Kui a lawa Pili pa ‘apono ai	最後まで 守りぬく
Kaulanakeonaona O ia lei	有名な香り このレイの
Honiakuhonimai Ikauano	キスしたり、キスされたり 霧雨に
Lei ho ‘oheno Ke ‘ikeaku	大切にされるレイ それを見ている
Milika ‘a I ka pualaha‘ole	何度も愛される たぐいまれな花
Ha‘ina ‘iamai Ana ka puana	話はおわります 私の歌
Palena ‘ole Ke aloha no ku‘u lei	つikirことのない 私のレイへの愛

背景：恋人への想いをピカケレイに例えています。溢れるばかりのいとしさが伝わります。

※ 男性はDVDの中で、中央で踊っている男性(クムフラ・キモ先生)を参考にしてください。女性は両隣の高校生を参考にしてください。

■教材4 「Aloha Hula」

カウアイ島在住の作詞作曲家、アート梅津氏がフラガールズ甲子園に参加する高校生のための教材として提供くださいました。

歌 詞

1).Everyday I see the sun comes up 毎日太陽が昇ります

High above Hawaii nei	ハワイの空高く
Everyday I feel the tropical breeze	毎日トロピカルな風を感じます
Blowing through my hair	そして私の髪を揺らします

CH).ALOHA is the island way to say hello and bid farewell

アロハはハワイの言葉で「こんにちは」そして「さようなら」

ALOHA means I love you aloha wauiaoe

アロハは「愛しています」aloha wauiaoe

2). Everyday I see the rolling surf	毎日、波が打ち寄せます
Palm trees sway like the hula girls	ヤシの木がフラガールのように揺れています
Everyday I hear the ukulele	毎日ウクレレが聞こえます
Playing my favorite song	そしてお気に入りの曲をつま弾きます

CH).ALOHA is the island way to say hello and bid farewell

アロハはハワイの言葉で「こんにちは」そして「さようなら」

ALOHA means I love you aloha wauiaoe

アロハは「愛しています」aloha wauiaoe

3). Every day I see the flowers bloom	毎日花がさきます
He nei o Kaua‘i	美しいカウアイに
Every night I see the stars so bright	毎晩星が輝きます
Across the heavenly sky	美しい空いっぱい

CH).ALOHA is the island way to say hello and bid farewell

アロハはハワイの言葉で「こんにちは」そして「さようなら」

ALOHA means I love you aloha wauiaoe

アロハは「愛しています」aloha wauiaoe

背景：カウアイの島のトロピカルな風を感じながら Aloha のところを体いっぱい踊ります。

■教材5 「This is Kauai」

カウアイ島在住の作詞作曲家、アート梅津氏がフラガールズ甲子園に参加する高校生のための教材として提供くださいました。

歌 詞

This is Kauai The stars are out tonight
ここはカウアイ星は今宵も美しく輝く

Embrace the skies above close to my heart
夜空を抱きしめる 私の心の近くに
The night is heavenly a quiet moment with you
夢のような今宵 この静かな時をあなたと共に
Your tradewinds whisper to me a love so true
そして貿易風がささやく この愛は本当だと

CH).This is Kauai the shining star of heaven

ここはカウアイ 輝く天空の星
My heart will always be with you
私の心はいつも あなたと共に
This is my paradise my only star that shines
ここは私のパラダイス ただ一つの輝く星
This is Kauai my paradise
ここはカウアイ 私のパラダイス
The night is heavenly a quiet moment with you
夢のような今宵 この静かな時をあなたと共に
Your tradewinds whisper to me a love so true
そして貿易風がささやく この愛は本当だと
This is my paradise my only star that shines
ここは私のパラダイス ただ一つの輝く星

This is Kauai my paradise
ここはカウアイ 私のパラダイス
This is Kauai my paradise my paradise
ここはカウアイ 私のパラダイス私のパラダイス

背景：ここはカウアイ、星は今宵も美しく輝きます。トロピカルな風を感じながら Aloha のところを
体いっぱい踊ります。

2. 自由曲の部

「古典フラ」「現代フラ」または「タヒチアンダンス(アパリマ・オテア)」など自由を選択して踊っていただきます。
ただし下記のことを遵守してください。

- ① フラの課題曲(5曲)からの選択はできません。
- ② 曲の長さは3分以内としますオリジナル曲が3分をオーバーする場合は3分以内に編集して下さい。
- ③ 選曲は1曲のみで踊ってください。(2曲以上は禁止します)
- ④ 衣装・装飾・メイクの規定を遵守してください。
- ⑤ 歌詞のある曲については、歌詞と和訳を添えてご提出ください。

Ⅲ 競技ルール

1. 審査の対象

課題曲の部、自由曲の部とも審査の対象は、スタンバイエリアからステージ袖に退場するまでとなります。自由曲の部は、入場方法が選択できます。詳しくは、IX競技手順に記載してありますので、ご覧になってください。
演舞終了後、全員で「ありがとうございました」と挨拶して速やかに退場するようにしてください。

2. 競技人数

選手としてエントリーできる人数は3名から30名までです。そのうち8割の選手が2種目に出場しなければなりません。
(課題曲の部・自由曲の部 いずれか1種目の参加も可能です。詳しくは事務局までお問合せください)

3. 衣装・装飾・メイクの規定

■課題曲の部

- ・グループで統一した衣装を着用してください。
- ・スカートはパウスカートのみとします。
- ・上衣は両脇下からとウエストの肌露出を避けてください。
- ・髪飾りや首にかけるレイはグループで揃いのものを使用してください。
- ・男性の上半身はTシャツもしくはアロハシャツ、下半身は布製のスラックスのみとします。
- ・「My Sweet Pikake Lei」を選択したグループは、ピカケを装飾に用いてください。

■自由曲の部

(1)フラを選択されたグループは前項の課題曲の衣装・装飾・メイクの規定に準じますがスカートについてはパウスカート以外の使用も可とします。

(2)タヒチアンを選択されたグループは下記を遵守願います。

- ・スカートはパレオ、モレなど自由に選択してください。
- ・パレオを使用する場合丈の長さは、ひざ上10cmまでとしてください。
- ・モレを使用する場合にタヒチアンでは通常使用しない色がありますので色の選択にはご注意ください。
色の選択は衣装において大変重要です。審査の評価に影響することも十分考えられますので、タヒチアンとして通常使用される色を選択することをお勧めします。

通常使用される色(例) 赤・ベージュ・オレンジ・黄・白・茶

通常使用されない色(例) 緑・ピンク・紫・青・水色

※ 色の選択で判断がつかない場合は事務局までご相談ください。

- ・ココナッツブラを単独で使用することは不可とします。上衣は両脇下から、両腕を上げた時のへそ上10cm以上の肌露出は避けてください。

※ 上衣と組み合わせて他の規定に沿った形でココナッツブラを使用するのであれば可能です。

ただし、ひもの解れが起きないように十分注意してください。ココナッツブラに限りませんが肌の露出が多いものに関しては競技前の事前チェック(5. 参照)において指導もしくは改善を求める場合がありますので、判断がつかない場合は事前に事務局までご相談ください。

- ・パレオ・モレはウエストではなく腰骨のところで結んでください。

- ・パレオ・モレの下に、一分丈(また下2～3cm)以上のアンダーパンツ(黒)を必ず着用してください。
そして、アンダーパンツが客席側から見えない工夫を行ってください。
- ・男性の上半身はTシャツもしくは裸でも可とし、下半身はパレオもしくはモレを使用してください。

【共通】

- ・衣装は爽やかで元気に溢れた高校生らしいもので、創意工夫がなされた衣装を目指してください。
- ・ピアスなどの貴金属の使用は不可とします。
- ・手足指ネイルカラーは禁止とします。
- ・メイクは特に基準は設けておりませんが、表情の分かる程度とし好感のもてるように工夫してください。
- ・上半身をひもで結ぶ衣装は、踊っている間にほどける危険性があります。その場合、競技の得点に影響するばかりか映像や画像で残ってしまう可能性があります。したがってほどける危険性のある衣装は避けてください。
- ・チューブトップ(紐無しのタンクトップ)を着る場合、必ず安全ピンで固定したり、透明なストラップをつけるなど下がらない工夫をしてください。

4. その他

フラガールズ甲子園は、高校生が出場する競技大会であるという観点から、競技ルール「3. 衣装・装飾・メイクの規定」について細かく規定を設けております。規定違反があった場合は減点となります。チームで判断がつかない場合は、事前に事務局まで写真を送付して確認をとることをお勧めします。

IV 審査項目・審査基準・点数

◇配点

- ・課題曲の部 (合計300pt)
- ・自由曲の部 (合計200pt)
- ・総合計 500pt

(1) Costume(外見的表現力)		課題曲	自由曲
		30pt	30pt
課題曲	<ul style="list-style-type: none"> 単なる衣装や装飾の豪華さを判断するものではありません。創意工夫が図られているかがポイントです。 衣装・装飾・メイクの美しさが曲の表現にあっているか。ただしそれらは、フラの文化を理解したものであることが前提となります。 競技中の衣装の乱れや装飾品の落下などは評価を落とすことになりますのでご注意ください。 ※競技ルール 3. 衣装・装飾・メイクの規定 については厳守するようにしてください。 		
自由曲	<ul style="list-style-type: none"> 衣装・装飾・メイクの美しさが曲の表現にあっているか 単なる衣装や装飾の豪華さを判断するものではありません。創意工夫が図られているかがポイントです。ただし、それらは、フラまたはタヒチアンの文化を理解したものであることが前提となります。 競技中の衣装の乱れや装飾品の落下などは評価を落とすことになりますのでご注意ください。 ※競技ルール 3. 衣装・装飾・メイクの規定 については厳守するようにしてください。 		
(2) Technical(技術力)		課題曲	自由曲
		90pt	60pt
		① 30pt	① 20pt
		② 30pt	② 20pt
		③ 30pt	③ 20pt
<p>基本ステップ(Kaholo・Kao・Huli・Ami・Lele round・Hela など)、リズム感、動作のキレなど個人のスキルから、動作のタイミング、手や体の向き、角度、歩幅、腰の高さなどチームの協調性まで技術的な部分について①～③のとおり評価します。</p> <p>①正確さ ステップなどフラの基本をしっかりとマスターできているか評価します。 ②動作・リズム感 動作のキレや、曲と踊りのリズム感があっているかを評価します。 ③協調性 チームとしての一体感を出すことができているかを評価します。</p>			
(3) Express veness(内面的表現力)		課題曲	自由曲
		60pt	40pt
<p>歌詞を理解し踊りの中でその情緒や感情が表現できているかを判断します。そして、見る人にもしっかりと伝わるように笑顔で生き生きと踊ることができているかを評価します。</p>			
(4) Total(総合力)		課題曲	自由曲
		90pt	40pt
<p>フォーメーション・チームワーク・安定性・完成度・入退場などを評価します。この部分はチームがどれだけ中身の濃い練習を積んできたかに比例する部分です。競技大会本番の舞台で如何に実力を発揮できるかがポイントになります。</p>			
(5) Bonus(ボーナス)		課題曲	自由曲
		30pt	30pt
<p>審査員が如何に魅了され、感動したかが評価となります。</p>			

◇ 基本のステップについて

参考のためフラの基本のステップを記しておきます。

- ①Kaholo: 右に2歩、左に2歩
- ②Kao: 腰を左右に移動、もしくは右に1歩、左に1歩
- ③Huli: ターン
- ④Ami: その場で腰を回す
- ⑤Lele: 歩く
- ⑥Lele round: 歩いて回る

※ rondo は英語 Lele round はハラウによっては呼び名が違います。

- ⑦Uwehe: 左腰重心で両踵を上げ下ろし膝を開いて閉じる
- ⑧Kiholo: 正面から体を90度右に向きながら右足を1歩右、左足を正面、右足を1歩左、左足をタップ、左側も同様 ※ ハラウによってはステップ名が違います。

◇ 評価について

審査項目ごとに配点を設けていますので一つの側面のみが大きく評価に反映することはありません。自分のチームの特性を理解したうえで、強み(アピールポイント)を活かし弱点を克服することが重要となります。

V 審査方法

1. 審査は、審査基準を設け審査項目ごとに配点を設定する絶対評価を採用します。審査員は課題曲の部3名 自由曲の部3名の6名と審査に立ち会う審査員長1名の合計7名で構成します。
 - ・審査は課題曲の部と自由曲の部を部門ごとに行います。
 - ・課題曲の審査は課題曲審査員3名の合計得点により行います。
 - ・自由曲の審査は自由曲審査員3名の合計得点により行います。
 - ・総合部門の審査は2部門の合計得点で行います。
2. 総合得点が同点の場合、総合の部の受賞校決定には、課題曲の部の合計点が優先されます。さらに課題曲の部の合計得が同点だった場合は、順に審査項目
①総合力 ②技術力 ③内面的表現力 ④外見的表現力 ⑤ボーナスの得点の順に優先されます。
新人賞については複数校のままの順位とします。

VI 競技の停止・やり直し

1. 競技に支障をきたすことが生じたと審査員長が判断した場合、審査員長は競技を停止させ競技のやり直しをさせることができます。ただし競技者側からそれを求めることはできません。
2. 審査員の一人が審査を続行できない事態に陥った場合、審査員長の判断で残り2名の審査員で行なうことができます。その時続行できなかった審査員の審査結果は得点から全て除外し、2名の審査員の平均点を続行できなかった審査員の結果とします。

VII 成績の公表

競技の成績(審査項目別の得点も含め、全ての内容)は表彰終了後、各学校毎に送付します。

VIII 表彰

表彰については、三密を防ぐため各学校の代表者にて実施します。表彰内容については募集要項第10章(表彰)をご覧ください。

IX 競技手順

課題曲の部と自由曲の部では照明・入退場の方法が若干ですが異なります。

1. 課題曲の部

〈照 明〉

- ・競技が終了し、全員が退場するまで明転とします。
- ・競技中のステージ背景の照明色は曲によって以下のとおりになります。

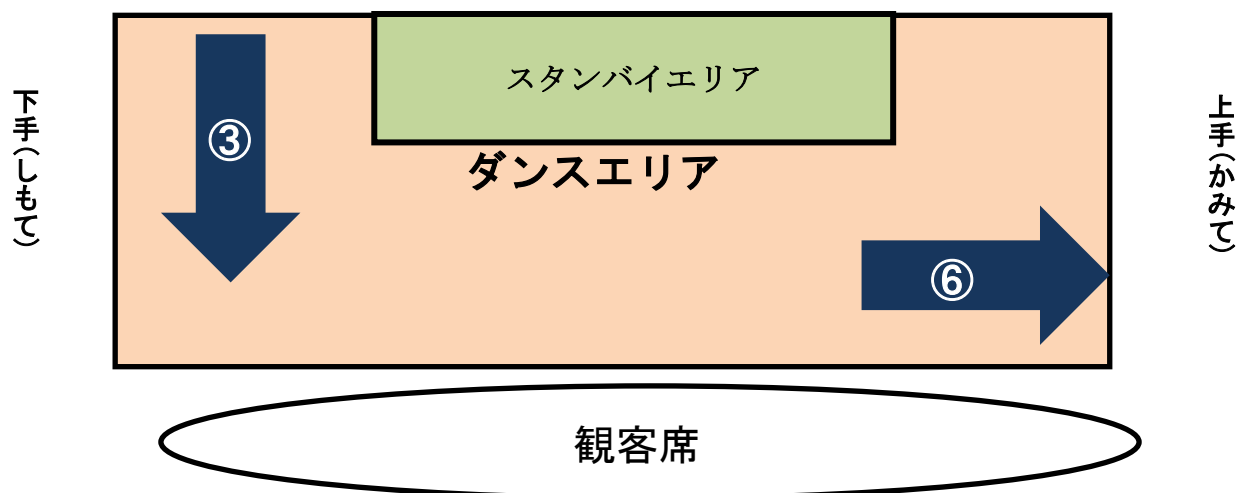
※ フォロースポットの使用はできません。

「月の夜は」	……	濃い青に月
「Lovely Hula Hands」	……	ピンク
「My Sweet Pikake Lei」	……	グリーン
「Aloha Hula」	……	オレンジ
「This is Kauai」	……	濃い青に星

各チームのフォーメーションは自由となりますが、入退場の仕方は統一となります。

〈競技の流れ〉

- ① ステージ下手側で待機。
- ② 暗転したら、ディレクターの指示で、ステージ下手側から入場し、スタンバイエリアへ移動。
- ③ (ここから審査が始まります)影アナの紹介の間にダンスエリアに移動、スタート時のフォーメーションでスタンバイ。
(※スタンバイエリアからの移動時は、あくまでも姿勢や動作などを見るものであり、演出する必要はありません。)
- ④ 「それでは、どうぞ」をきっかけにステージ照明が明転。
※完全に明るくなる(100%)までに2~3秒かかります。
- ⑤ 100%の照明で音楽開始
- ⑥ 音楽終了後、「ありがとうございました」と挨拶し、速やかにステージ上手に退場。



2. 自由曲の部

<照 明>

一定の明るさの中で競技を行います。

競技中のステージの背景色は水色とします。各チームの演出に応じた個別の対応は行いません。

フォロースポットの使用はできません。

<競技スタートのタイミング>

音楽の開始するタイミングは、各チームで決めることができます。

※リハーサル時に必ず音楽開始のタイミングを舞台監督に伝えてください。

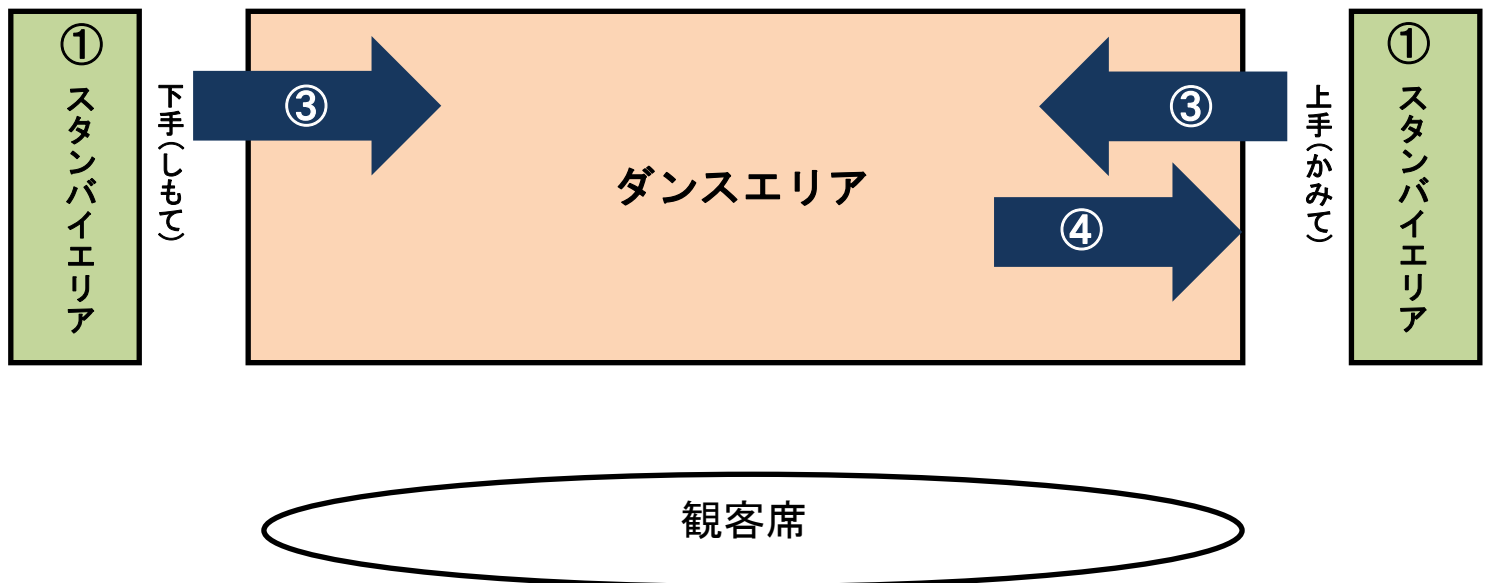
<競技の流れ>

- ① スタンバイエリアに待機(入場は^{かみて}上手、^{しもて}下手どちらでも可)。
- ② 影アナが紹介。(板つきの場合は、この間にダンスエリアに移動、準備(審査開始))
- ③ 音楽スタート。(曲先行の場合は、音楽スタートともに審査開始)
- ④ 競技終了後「ありがとうございました」と挨拶し、ステージ^{かみて}上手側へ退場。

※ 小道具の使用について

小道具の使用は認めております。

あらかじめ舞台上に配置する必要がある場合は、事務局までご連絡下さい。



ステージの広さ・配置図

