

楽しみながら心と体が**元気**になる、それがダンスの魅力！



EXILE TETSUYA

シニア世代に ダンスの楽しさを伝えたい



ダンス & ボーカルグループ・EXILEのパフォーマーとして活躍するかたわら、早稲田大学大学院でダンス教育について学び、若手ダンサーの育成にも携わるTETSUYAさん。その彼が、厚生労働省の委嘱で2021年4月、「健康クリエイター」に就任、さらに活躍の場を広げている。

「ダンスを通じてシニア世代に健康づくりの重要性と、体を動かすことの楽しさを伝えていくのが健康クリエイターの役割です。日頃、僕らがお世話になっている杉良太郎さん（健康行政特別参与）に、声をかけていただきました。感染症の状況を見ながら、演歌をヒップホップ調にリミックスしたり、杉さんが提唱されている、全国にシニアのダンスチームをつくるという夢を実現していけたらと思います」。

20年後もEXILEの曲で みんなと踊りたい



ダンスと聞くと敷居が高そうだが、「大事なのは楽しむこと」とTETSUYAさんは言う。

「ふと耳にした曲のリズムに合わせて体が動き出す、そんな経験はありませんか。振付と合っていないくても、カッコよく踊れなくても大丈夫。『音楽に乗って自分は体を動かしている』と思える瞬間を少しずつ増やしていけば、自然と踊れるようになりますから！ 楽しみながら汗をかいて心も体も元気になっていく、それがダンスのすばらしさだと思います。僕はいま40歳ですが、これから10年、20年後も踊り続けていたい。そしておじいちゃんになったら、同



じいちゃんになったら、同



厚生労働省の「健康クリエイター」 & 「肝炎対策スペシャルサポーター」のEXILE TETSUYA

世代の人たちと一緒にEXILEの曲で踊るのが夢なんです。その頃は、曲のテンポがかなりスローになっているかもしれませんが（笑）」。

小さな夢の実現が 大きな挑戦に繋がる



自身の珈琲ブランドを立ち上げ、ビジネス書を執筆するなど、エンタメ界のみに留まらず、次々と新しい可能性の翼を広げている。

「先輩から『未来にワクワクをセットする』ことを学びました。今日は1万歩歩くとか小さなことでいいんです。ワクワクをセットして毎日実現させる、それを積み重ねて習慣にすると大きな夢に手が届くのだと……。たくさんのワクワクが僕の夢を現実に行きました」。

そんなTETSUYAさんが所属するEXILEは2021年、デビュー20周年を迎えた。

「一刻も早くライブでファンの方々にお会いしたい。ステージに立ったら1曲目から泣くと思うし、みなさんと泣き合いたいですね」。

プロフィール ● EXILE TETSUYA

1981年2月18日生まれ、神奈川県出身。EXILE、EXILE THE SECONDのパフォーマーとして活躍するかたわら、早稲田大学大学院でダンス教育の研究に取り組む。また、コーヒー事業「AMAZING COFFEE」のプロデューサーや、ビジネス書『三つ編みライフ～夢を叶えた31の言葉～』を執筆するなど多方面で活動中。約3年半ぶりとなるEXILEのオリジナルアルバム『PHOENIX』が2022年1月1日にリリース。