



JSRML レター
NO.44
2023.5.20

ごあいさつ

5月定例会は、39名の方々に参加いただきました。コロナが5類となり、JSRMLの定例会も、徐々に通常のスタイルに戻りつつあります。検温、消毒、マスク着用等、それぞれの判断で対応いただくこととします。総会では、これからのJSRMLについて、35周年について、皆さんの思いを聞かせていただくことができました。スタッフでプロジェクトチームを立ち上げ、具体的な検討に入ります。

飯田 路佳

6月定例会



- 日時：6月24日（土）13時30分～（受付 13時～） ※対面で行ないます。
- 場所：十文字学園女子大学 記念ホール1階 サブアリーナ
- 内容：ダンスムーヴメント ※リズムに合わせて楽しく体を動かしましょう
～自分へのエールを込めて～ 曲名：Counting Stars / OneRepublic-NATIVE
〈動きのねらい〉

人生100年時代に向けて自分らしく生き抜くためには、夢や目標を持つことが大切だと思います。作品のイメージは「気持ちを前向きに自分の殻を脱ぎ捨てて、未来に向かって歩き出しましょう～」。人生はいくつになっても『さあ、これからだ』と、自分へのエールを込めて、無理なく楽しくステップを踏んで心も体も元気に！

○講師：佐藤 廣子

【定例会当日の流れ】

- ※ 車を利用される方は、第1駐車場に車をとめ、JSRML 関係車両カードを外から確認できる位置に置き、正門にまわり、正門の警備に来校を告げ、記念ホールに向かってください。駐車証をお持ちでない方は、受付で手続きをし、臨時駐車証を受取り、対応してください。
- ※ 他の交通機関を利用される方は、正門の警備に来校を告げ、記念ホールに向かってください。
- 13:00～ 受付
 - ※ 受付は、記念ホール1階のサブアリーナ入口付近に設置します。
 - ※ 体育倉庫の指定された場所に荷物を置いてください。準備ができた方は、サブアリーナで実技開始をお待ちください。更衣は原則サブアリーナの体育倉庫でお願いします。事情があり、1階の更衣室が使われる場合にも、ロッカーは使用できません。
- 13:30～ 実技
 - ※ 運動中にも水分がとれるよう準備してください。
- 15:00 終了

DMSG ダンス作品集 高橋真琴 監修

申込みは、QRコードから↓

DVD 2022 1枚 7,000円

TANGOの調べ、夜明けのJAZZ、麗しのミュゼット他 全12作品

5月31日（水）締め切りです。



問い合わせ先 DMSG（ダンスムーヴメント研究会）

飯田路佳 FAX：044-330-1532 Email：roka_j@mac.com

佐藤廣子 TEL：090-7637-8946 Email：hirok-st@forest.ocn.ne.jp

FAX や郵送でも申込みいただけます。

5月定例会報告

1 通常の定例会のスタイルが戻ってきました。



【感想】三代川先生の笑顔に癒され楽しく受講できました。分かりやすくご指導いただき有り難うございました。初めてマスク外して踊りましたが、気持ち良いですね。“楽しかった”につきます。

2 ウォーミングアップ

講師は三代川先生。ウォーミングアップで、体と心をほぐします。



【感想】和気あいあいととても楽しい時間でした。繰り返し指導していただき最後は気持ち良く踊れました。



【感想】はっきり聞こえる大きな声での説明素敵でした。ハードでしたが楽しく受講出来ました。有難うございました。

3 作品の踊り込み

曲は、『The Other Side』。軽快な曲に合わせて、ダンスムーブメントの中にヒップホップの要素が取り入れられています。作品の構成は、ポーズ-A-B-C- A-B-C-スロー-C' 。



【感想】先生の明るい笑顔と声で癒され吸い込まれました。動きは優しい様な難しい様な、カッコよく動きたいです。



【感想】ABC の繰り返しのがわかりやすく、1時間半の間で、覚えるから楽しむまで指導していただき、有難うございました。



三代川先生、楽しそうに動かれます。引き込まれるように皆さんも笑顔で動いておられます。

4 通し練習の後、2つのグループに分かれ、発表。さらに、仕上げ。全員で踊りあげました。

<前半のグループ>



<後半のグループ>



5 クールダウン あっという間の1時間30分でした。



【感想】ノリが良く動きやすいテンポの選曲。動きの流れ、質も曲に合って体に入りやすく、結果、笑顔で楽しく踊れて満足度も上がりました。無理のない動きというのは、頭で考えるより体で実際に動いた流れで生まれる、今更ながらそんなふうに思いました。