



JSRML レター
NO.51
2023.12.21

ごあいさつ 12月定例会は、47名に参加いただきました。12月の定例会の講師は、田中汰樹先生。「何気ない日常の動きを少しずつ重ねていくと、そこには思いもよらなかった個性的な作品が生まれる。」皆さん、田中先生の独特なダンスの世界を楽しみ、多くの発見のあった定例会となりました。1月のDMS、3月のLSに向けた準備も進んでいます。楽しみにしててください。次回皆さんにお会いするのは、2024年となります。良い年をお迎えください。 飯田 路佳

1月定例会



○日時：1月20日（土） 13時30分～15時00分 ※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：モダンダンス 「こころとからだ ～感覚をめざめさせて～」

＜曲名＞ 「風の楽団より」

○講師： 日比野京子

＜講師プロフィール＞ 名古屋出身。幼少の頃より南條丹牙（母）、山形真紀子に師事。1995年より毎年、芙二三枝子を中心とする「太陽の子の舞踏会」に参加。社団法人現代舞踊協会会員。2002年、現代舞踊協会制定ジュニア賞を授賞し、それ以来、数々の賞を受賞してきた。その一部を紹介する。

- ・2012年 あきた全国舞踊祭舞踊コンクール 最優秀指導者賞
- ・2014年 東京新聞全国舞踊コンクール 優秀指導者賞

日比野モダンダンススタジオを主宰し、モダンダンスの普及に努めてきた。



【定例会当日の流れ】

※ 車を利用される方は、第1駐車場に車を止め、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。

※ 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。入口で検温し、そのまま血圧測定をし、最高血圧、最低血圧をメモし、測定担当者に提出してください。

※ 体育倉庫で準備をし、倉庫の指定された場所に荷物を置き、サブアリーナで実技開始をお待ちください。事情があり、1階の更衣室を使われる場合にも、更衣室の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

※ 入口付近で血圧測定をし、最高血圧、最低血圧をメモし、測定担当者に提出してください。

<3月までの予定> 皆さんの参加をお待ちいたしております。

1月21日（日）：インストラクター特別研修を JAPEW のダンスムーブメントセミナーと併せて開催

2月24日（土）：定例会 講師は田中安理先生を予定

3月2日（土）、3日（日）：第33回リーダーズセミナー 新しい企画にもご期待ください。

12月定例会報告

1 入口でまず検温



2 血圧測定を済ませ、会場へ。



3 講師は田中汰樹先生。



【作品解説】 テーマ：「今、ここでしか出来ない踊りや表現に個性を持って」何気ない日常での動きに、個々の独特のモノが出たりしませんか。そんな素敵な個性を活かしながら、みんなで一つの作品を作ってみましょう。

4 ウォーミングアップ



【感想】最初は「えー、何？」と思いましたが、いつの間にか引き込まれて気持ち良く動けました。心もほぐれ、身体もほぐれ心地良い汗がうっすら。若さを沢山いただき楽しく動けました。



【感想】動きの引き出しを広げられたような感じです。心を解放して素敵なパフォーマンス、素晴らしいと感じた指導でした。普段より大きな動きができて、柔軟な身体の維持が大切だと思いました。

5 ワーク 次々と課題が出されます。その課題が、個性的。遊んでいるようで楽しいのです。自分にはない発想の動きに、刺激を受けながら、田中先生の世界に入り込んでいきます。

＜歩き＞ 月曜日、火曜日…その日の気分を思い出しながら、その気分で歩きます。



＜基本の動き＞ シガー・ロス「Glósóli」にのせて動きます。ポイントは「魂になる」。



＜あっ！＞ 誰かが「あっ」と言い、指さす方向に動きます。最後は、真上に「あっ」。ゆっくりと視線を前に。



【感想】コンテンポラリーの奥深い指導を受け、心身共に解放された表現ができたと思います。レッスンの進め方もユニークで楽しめました。

＜紙を手に＞ 上から落ちてきた紙を手のひらで落とさないように受け止めて歩きます。



＜ヌルボン＞ 3人組。2人はリード役の体のどこかに触れ、手が離れないようにリード役の動きに合わせて歩きます。



＜絵画＞ 2人組。10人組。起点になる人に合わせ、次々にポーズを加え、全体で絵画を仕上げています。



【感想】自由に踊ってどう動けばいいの？ではなかった。動きたい様に体を動かせばいい！それが自分に出来たことが驚きであり、新発見であり、息が切れる程動いたことで、心も体も充足感に満たされました。その力を引き出して下さった田中先生に感謝です。

【感想】講師と受講者という垣根が取り払われたような、和気あいあいとした空間。提案された課題に対して、構えることなく自由に個々の動きが生み出され、笑顔と共に解放された喜びが満ち溢れました。久しぶりに床を転がり、人と戯れ、何とも嬉しい、楽しい！

6 2つのグループに分かれて、発表。ワークの動きを重ねてみると、すてきな作品になっているのです。



【感想】とても楽しい講習でした。アイスプレイングをしたようでこんなやり方も良いなと参考になりました。



【感想】自由に身体と心と動かすのは慣れていないのでつい形に入ってしまう。難しい。

7 田中先生、ソロ。皆さん、大満足です。



【感想】いつもとは違うジャンルの講習を受けられて幸せです。これからもいろいろな先生方の考え方、動きを勉強して吸収していきたいです。

定例会終了後、ダンスリーダーの先生方が1月の研修会の作品に取り組まれました。こちらもお期待ください。



【インストラクター特別研修】

締め切りは、12月27日です。

今年度のインストラクター特別研修は、**JAPEW のダンスムーブメントセミナー**と併せて開催します。講師はJSRMLのダンスリーダーの先生方が中心になって担当されます。インストラクター登録の方には参加費の補助として、JSRMLから参加費の一部(1000円)を返金します。返金は2024年1月20日(JSRML定例会)、1月21日(DMS開催当日)を予定しています。

第17回 JAPEW ダンスムーブメントセミナー 2023 with JAPEW

〇日時：2024年1月21日(日)

9:30	9:50 ~10:50	11:05 ~12:10	13:05 ~14:15	14:30 ~15:40	15:40
受付 開講式	実技① ~Finally found it~ 田中安理・多田五月	実技② ~バランスボール と戯れよう!~ 飯田路佳	実技③ ~心を一つに~ (仮) 細川江利子	実技④ 愛の花~想いを 通わせて~ 佐藤廣子	閉講式

〇場所：十文字学園女子大学 記念ホール 「メインアリーナ」

〇受講料：4000円

〇申込み方法：郵送された要項を確認ください。配信したレター50にも、申込み方法をのせてあります。JAPEWのホームページでも確認いただけます。

【リーダーズセミナー】

第33回リーダーズセミナーは、外部講師の先生方を中心に講演や実技を計画しています。「ダンスバリエーション」という新しい試みにも挑戦します。10月定例会作品を、チェア・ペア・手具・超ソフトの4グループに分かれ、ダンスリーダーとともにバリエーション作品を創作し、発表し合うものです。

第33回 リーダーズセミナー

〇日時：2024年3月2日(土)・3月3日(日)

三月二日	10:00	10:30	10:40 ~12:00	13:00 ~14:20	14:35 ~16:15	
	受付	開講式	講義 認知バイアスと メンタルヘルス 池田まさみ	実技①ダンスムーブメント 明日へのエール ~リズムでステップ~ 高橋眞琴	実技②ダンスバリエーション ~一つの作品から~ 「♪Overdose」 ダンスリーダー	

三月三日	8:40	9:00 ~10:20	10:40 ~12:00	13:00 ~14:20	14:35 ~16:25	16:30
	受付	グループトーク ~話して、聴いて、 充実の時間に!~ 飯田路佳	実技③フラメンコ ~扇子(アパニコ)を 使ったフラメンコ~ 上田はる美	実技④アパニョリス ~JAZZに合わせ て小粋に踊ろう~ 鴨志田加奈	実技⑤ボディメンテナンス ~ポディアート~ 増子俊逸	閉講式

〇場所：十文字学園女子大学 記念ホール「メインアリーナ」、9号館9417教室

〇受講料：受講料 会員10,000円 ビジター15,000円

〇申込み方法：12月下旬に郵送される要項を確認ください。