



JSRML レター
NO.62
2024.10.8

ごあいさつ 9月定例会は、40名に参加いただきました。前半は、「JAPEW サマーセミナー2024」で取り上げた東京ブギウギ、GASSHOWの2作品を復習しました。後半、まず8月20日の公開演技作品の映像を皆さんで鑑賞しました。改めてすてきな時間を一緒に過ごすことができたことを実感しました。その後、35周年の発表会に向けた出演希望調査を実施しました。皆さん、あれも、これも踊っておきたいと迷っておられるようです。真剣に考えてくださっており、35周年の発表会もすてきな発表会になりそうです。 飯

10月定例会



○日時：10月19日（土）13時00分～16時00分 受付12時30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① 13時00分～14時30分

「低体力、痛みがあっても行える簡単トレ！」

弱点分かるアイソレーションから連動トレーニングまで体験」

講師：パーソナルトレーナー 鈴木謙太郎氏

講師紹介：パーソナルトレーニングジム運営の先駆者であられ、今年創業19年を迎えるマインドボディ[Mind_Body]代表。劇団四季に初めてパーソナルトレーニングを導入されるなど、多方面より厚い信頼を寄せられる指導者です。

○内容② 14時45分～16時00分 35周年に向けて

1) 発表作品の第2回希望調査、参加作品決定 ***以下の作品に変更がある場合があります**

- ・大作品（全員作品） 東京ブギウギ（多田五月）・追想（佐藤廣子）
- ・中作品（どちらか1つ選ぶ）獅子の風（飯田路佳）・明日へのエール or 心よいずこ（高橋真琴）
- ・小作品（どれか1つ選ぶ）Happy JAZZ（田中安理）・赴くままに（篠史美）
隣芝生は青く見える（三代川葉子）・愛の花（佐藤廣子）
GASSHOW（飯田路佳）

2) 大作品・中作品の練習

<35周年発表会に向けた11月以降の予定>

月	日	曜日	時間	メインアリーナ	サブアリーナ	内容
11	30	土	13時00分～16時00分	○		小作品練習
12	14	土	13時00分～16時00分		○	大作品・中作品練習
1	25	土	13時00分～16時00分	○		小作品練習
1	26	日	9時00分～16時00分	○		（特別研修）作品仕上げ
2	22	土	13時00分～16時00分	○		発表会リハーサル
3	1	土	9時00分～16時00分	○	○	（リーダーズセミナー）
3	2	日	9時00分～16時00分	○	○	（リーダーズセミナー） 発表会

9月定例会報告

1 受付 血圧測定も実施し練習開始を持ちます。



2 多田 五月先生 JAPEW サマーセミナー2024 作品 『東京ブギウギ』

【復習のポイント】 サマーセミナーでは 10 分間しか時間が無かったので、「東京」という手話や細かい動きを復習しました。間奏での全身ジャンケンでは勝った人の動きを真似する「リーダーに続け！」を取り入れました。

①入念にストレッチ



②多田先生のカウントで、動きの細部を確認していきます。



③全身ジャンケンからのリーダーに続け！



④通して踊ってみました。この笑顔、楽しそうです。



【感想】古い曲でもわくわくノリノリで楽しく動くことができました。曲の選択にも意味があることを実感しました。動きも細かく説明していただき、分かりやすかったです。ありがとうございました。

【感想】楽しい。馴染みの曲に分かりやすく、ウキウキする振りが最高でした。五月先生のきれいな歌声で身体が自然と動いてます。また歌いながらできるダンスを期待します。

3 飯田 路佳先生 JAPEW サマーセミナー2024 作品 『GASSHOW』

【復習のポイント】 ベーシックとアドバンス、ダンスリーダーの先生方にも入っていただき、動きの細部の確認をしていきます。時間の関係でできなかったグループワークにも取り組みます。

①ダンスリーダーの先生方のダンスを見て、パートを選択。



②全体で動きの確認。



③ベーシック、アドバンスに分かれ、ダンスリーダーの先生方の指導のもと、躍り込みます。



④ベーシック、アドバンスごとに発表し、鑑賞し合います。



⑤グループワーク。踊ってみた感想、鑑賞した感想を共有します。



【感想】新しい感覚の曲想ですが、フリが無理なく、ピッタリあっていて、それでいて、振り付けでなく、感情価が引き出され、素敵に舞っている感覚が得られました。振り覚えの苦手な私なのに、ラストの両手あげから、引き込むとき、路佳先生の「からだをそらすでしょ..」という説明を受けてで、気持ちと感じ方が全く違ってきました。身体表現を実感しました。

【感想】どんなものもダンスにしてしまう路佳先生の才能にいつも乾杯！大好きです。

【感想】丁寧に繰り返し教えていただきました。感情を入れ大きく動き、スカッとした気持ちになれました。

4 35周年 発表会に向けて

① 35周年 発表会について飯田先生より説明。



【感想】ついていけるか、心配がありますが、次のトライと考え、頑張りたいと思いました。新しい刺激、健幸へのスタート、このところ、たくさんスタートがあり嬉しい叫びです。

【感想】今年は記念年ですね。様々な考えを持つ私達を誰ひとり残す事無く、目標に向けて導いて下さり本当にありがとうございます。やる気十分です。宜しくお願い致します。

② 「追想 ～愛しみ そしてその先へ」を鑑賞



③ 35周年の発表会で取り組む中作品の2作品、小作品の5作品をビデオで確認し、それぞれの選択する作品を絞り込みます。



④ 出演希望作品を一覧表に表示していきます。



【感想】すぐには決められないですね。決定するまでにはもう少し時間がほしいです。また、仲間と動けることにわくわくしています。動けるかどうかは不安。ご指導よろしくお願いします。

【感想】やってみたい…難しいかな…と自分自身が不安材料です。悩みですね！



【感想】みんなをたくさん踊らせてあげたいという先生方の企画に感謝してます。「わーあ」とか「うー」とか反応があまりなくて、私達が喜んでないのではないかと路佳先生は心配されていたようですが、そんな事はありません。たくさん候補がありすぎて、どれにしようか迷ってしまうのです。もう心弾んでいて、動画で復習しなくてはと思っています。