



JSRML レター
NO.71
2025.6.19

ごあいさつ

5 月定例会は、34 名に参加いただきました。ねりま体操フェスティバルに向け、3 時間にわたる練習となりましたが、皆さん集中して取り組んでくださいました。当日の会場は、広いフロアとなるため、その環境に合った工夫もしながら、作品作りが進んでいます。29 日は、12 時より開会式となります。たくさんの皆さんに作品を見ていただけるよう、お仲間をお誘いいただくと助かります。

飯田 路佳

6 月定例会



○日時：6 月 28 日（土） 13 時 00 分～16 時 00 分

○場所：十文字学園女子大学 記念ホール 2 階 メインアリーナ

※29 日に出演される作品の衣装を持って参加してください。

○内容：第32回ねりま体操フェスティバル作品練習

1. 選択作品の仕上げ

GASSHOW ♪ GASSHOW

Colorful Fun ! ♪ I wonder

2. 全体作品の仕上げ

追想 ～愛しみ そしてその先へ～ ♪ 愛（かな）しみのワルツ

【第32回ねりま体操フェスティバル 6 月 29 日（日）当日の流れ】

10:30 光が丘体育館の座席に集合してください。

11:05 体育館履きに履き替えて、退場口に整列し、入場準備を完了してください。

11:10 リハーサル

※リハーサルは、原則音楽は使えません。

※衝立を6台準備していただけます。

11:30 リハーサル終了後、入場口から座席へお戻りください。

※昼食等は適宜座席にてお召し上がりいただくことになります。準備をお願いします。

12:00 開会式・入場行進スタート

※着替えは体育倉庫Bにてお願いします。

14:45 退場口に整列し、入場準備を完了してください。

14:50 『プログラムNo16 ゲスト演技』のアナウンス後、ご入場ください

1 曲目 GASSHOW

※作品紹介終了後、飯田先生の合図で、音楽がスタートします。

2 曲目 Colorful Fun !

※作品紹介終了後、飯田先生の合図で、音楽がスタートします。

協会の方によるJSRMLのご紹介

3 曲目 追想 ～愛しみ そしてその先へ～

※作品紹介終了後、飯田先生の合図で、音楽がスタートします。

15:10 演技終了後 退場口側に整列してください。

退場口から体育倉庫に移動し、着替えをし、荷物を持って、座席へお戻りください。

16:00 閉会式 講評：高橋真琴先生

フィナーレ 『また来年！元気に会いましょう！！』

5月定例会報告

1 受付 検温、血圧測定も継続しています。



2 飯田先生のご挨拶



ねりま体操フェスティバルに招待いただきました。作品を通し、JSRMLの目指す『健幸華齢』の活動を見ていただきましょう。

3 田中先生のご指導により入念なアップ



4 選択作品の練習 ダンスリーダーの先生方のリードで丁寧に動きを確認していきます。

チーム GASSHOW の練習の様子

チーム Colorful Fun ! の練習の様子



【感想】練馬体操祭の準備、たった2回の練習で作品が仕上がったり、復習もできたり、いつもながら、指導してくださる先生方に感謝です。

【感想】フォーメーションなど気をつかう場面ばかりで、先生方が大変だったなと感じましたが、皆様と楽しくワイワイ踊れたので、楽しかったです。

4 全体作品の練習 構成人数の変化に対応し、動きを変えながら練習を進めました。



【感想】参加人数が減り、立ち位置も変わり、最初は中々上手くいきませんでした。何回か繰り返していくうちにスムーズに動けるようになりました。来月はもっと良くなるように頑張ります。

【感想】忘れていた部分もあり、場所変更などで戸惑ってしまいました。時間をかけて繰り返し指導していただき、発表に向けて意欲が湧いてきます。練馬の発表楽しみです。頑張ります。

5 佐藤先生のご指導でクールダウン



6 当日の流れを確認しました。



【感想】「追想」久々に踊りました。忘れてしまっていたところもありましたが、何度か動いたら思い出しました。頑張りたいです。

【感想】動きが分からなかったり、上手くできずに困っていたりする時もいつも分かりやすく丁寧にご指導いただき、本当に有難うございます！

【感想】短い時間の中、ねりま体操フェスタの練習ができて良かったです。どの作品も参加者がそろわないと難しいですね。追想はバラつきあるもののまた、仲間と動けることがうれしかった。

【感想】参加者の意見や希望にすぐ対応していただきありがとうございます。