

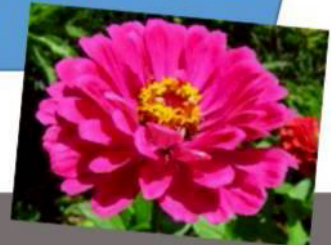


JSRML レター
NO.72
2025.7.8

ごあいさつ

6月の定例会は、33名が参加くださいました。終了時刻を1時間延長しての練習となりましたが、皆さん頑張ってくださいました。

翌日、第32回ねりま体操フェスティバルの舞台に立ちました。いただいた20分間の発表時間、思いを込めて踊りました。会場の皆さん、楽しんでくださっていました。まさに「最幸舞台」でした。ご協力いただきありがとうございました。 飯田 路佳



7月定例会

○日時：7月26日（土） 13:30~15:00

※ 受付は、13:00~サブアリーナ入口付近に設置します。検温、血圧測定もお願いします。

○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 「想いを込めて」

＜曲名＞ ♪Done 感動のヴォーチェ〜サラ・ブライトマン CD:TYCP-80080 №15

＜動きのねらい＞ 一人から二人へ、二人からグループへと、パートナーと感じ合いましょう。

指先や視線の先に気持ちを乗せて、身体の中心から流れるように体を動かしながら、音楽と自分の想いが融合する心地よい瞬間を目指しましょう。

○講師：佐藤 廣子

公益社団法人 日本女子体育連盟 主催 JAPEW SUMMER SEMINAR 2025

➤期日 2025年8月19日（月）・20日（火）

➤会場 国立オリンピック記念青少年総合センター

➤テーマ ウェルビーイングとダンス

さいこうステージ

生涯スポーツコーステーマ 最幸舞台〜未来のための自分づくり〜

➤生涯スポーツコースプログラム

	9:15~	9:40~	10:15~11:45		13:10~14:30	14:40~16:00	16:10~16:50	19:00~20:00
			【センター棟 417】		【スポーツ棟 第1,2体育室】			【スポーツ棟 第2体】
8月18日	生涯スポーツコース 受付 (セ417)	開講式	講演 『最幸舞台へのヒント〜90歳の壁を越す〜』 金井 美三枝	昼食	実技① ダンスムーヴメント 『そこにある星』 篠 史美	実技② ダンスムーヴメント 『押された背中 夢の舞台へ』 多田 五月	実技③ ダンスムーヴメント クールダウン 『Feel The Sky』 佐藤 廣子	復習コーナー
8月19日	生涯スポーツコース 受付 (セ501)	講義 『Enjoy Danceで老化と認知症に プレーキをかけよう!』 田中 喜代次	実習 『《営業のリズム》で 《まぎょんがく》!!』 富松 “まぎょ” 万里子	昼食	実技④ 『Stomp to the Beat 〜タップダンスで学ぶリズム基礎知識〜』 高嶋 雄一	実技⑤ ダンスムーヴメント 『新しい伝統への挑戦 〜折傘とともに〜』 飯田 路佳	振り返り	閉講式

➤定 員 140名

➤受講料 会員：13,200円 一般：15,400円 学生：7,700円(税込)

➤申込み締切日 7月31日（木）

➤申し込み方法

書面（郵送/FAX/メール添付）もしくは、Webフォームで申し込む

FAX: 03-3469-8427

メール: japew@h8.dion.ne.jp

申し込み用 Web フォーム→



6月定例会 6月28日(土)

1 受付 血圧測定も継続。インストラクター証明発行。



2 それぞれでアップ。準備を整えます。



3 飯田先生より本日の流れの説明。



4 田中先生より“追想”の復習ポイントの確認。



5 “追想”の後半部分から順に確認していきます。予定の1時間はあっという間に過ぎていきます。



6 選択作品の練習。参加される方たちもしっかりと意見を出され、作品を仕上げていきます。

GASSHOW



【感想】発表会に向けてみなさん生き生きと練習されていて、指導も熱心で楽しく、ダンス愛を感じました！

【感想】3回、人前で披露することができ、明日が楽しみです。今日また、気づくこともあり、指導していただいたり、互いに指摘しあったり、楽しく練習できました。



Colorful Fun !



【感想】細かい動きの確認ができて不安がなくなりました。明日は自信をもって望みたいと思います。

【感想】人数の変動があってもそこを補い、戸惑いはあっても何とかできた事が素晴らしい。スタッフの先生方の指導のお陰です。明日は気持ちを込めて頑張ります。



6 「プラスちゃんダンス」、時間が押して、練習時間は5分間。でも、ポイントはきっちりと押さえます。



7 発表作品の通し練習。眞琴先生の妥協のないご指導が、作品に命を吹き込んでいきます。



8 明日の流れを確認します。踊り続けた4時間でした。本当にすごい方たちです。



【感想】遅くまで、何度も繰り返される熱い指導。私たちもそれに応えようと練習。代えがたい時間でした。ありがとうございます。

【感想】練習、練習、練習でしたね！練習する回数が自信に繋がります。ありがとうございました

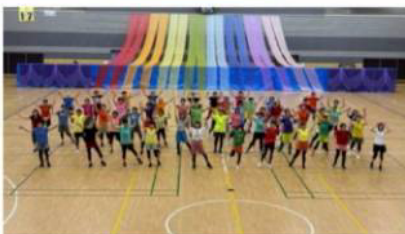


第 32 回ねりま体操フェスティバル 6 月 29 日(日)

- 1 練馬区立光が丘体育館です。あじさいをイメージしたすてきなステージができあがっていました。



第 32 回を迎えられた「ねりま体操フェスティバル」に JSRML がゲスト出演させていただきました。古関美保子先生が会長を務められている「ねりまりズムムーブメント協会」の方々が中心となり、コロナ禍の大変な時代も乗り越え、様々な年代の、様々なスポーツ団体が集うフェスティバルとして活動を継続されてこられました。本年度は、19 団体、340 名を超える参加者と聞いています。地域に根ざし、地道に活動続ける団体の貴重な発表の場となっています。会場設営も、会の運営も見事でした。発表の機会をいただけたこと、心より感謝しております。



- 2 10:30、集合。11:10 より 20 分間のリハーサル。新たな課題も出てきて、修正です。



- 3 12:00、開会式。古関先生のご挨拶。来賓席には、高橋先生、佐藤先生がおられます。



- 4 13:50 ダンスタイム「♪大好きプラスちゃん」プラスちゃん登場で皆さん大喜びです。JSRML の会員は、そろいの T シャツでフロアの皆さんの中に入り、ダンスをリードしました。



5 14:50 ゲスト演技 十文字学園女子大学の学生の曲紹介を受け、踊りました。思いを込めて…



5 終了後の記念撮影。やりきりました。

6 閉会式 高橋先生から講評をいただきました。



最高に良かった。新体操、ヒップホップ、多様な発表は、見ていて飽きることがなかった。みんな生き生きとして、すてきだった。音楽によって体を動かすことはダンスの良さだが、さらに、みんなで集まって動けること、会話のキャッチボールができること、ダンスにはたくさんの良さがある。みなさんの健康のため、幸せのため、これからも活動をしていきましょう。

【感想】少し不安もありましたが、皆さんと一緒に出場した後は、達成感と爽やかな心地よさでした。良い機会をありがとうございました。

【感想】短い時間での新しい作品完成や、人数が変わっての対応、勉強になりました。皆様と楽しく過ごすことができ、感謝です。

【感想】会場の心のこもった暖かさや、出場団体の皆様の素敵な演技に感動しました。緊張の中、眞琴先生から「笑顔で楽しんで」と送っていただき、心から笑顔に、そして楽しめた瞬間、参加できた喜びを感じました。

【感想】昨日、興奮冷めないうちに動画の配信があり、改めて素晴らしい作品に参加できて良かったと感じています。一昨日、遅くまで指導して下さった先生方に感謝。練馬の大会も素晴らしい作品ばかりで、とても刺激になりました。