

2025年12月25日

日本リズムムーヴメント指導者協会

第35回 リーダーズセミナー開催要項

日本リズムムーヴメント指導者協会
代表 飯田路佳

「第35回リーダーズセミナー」の開催要項をお届けします。

昨年度はJSRML創立35周年という記念すべき「リーダーズセミナー」でした。会員を含めて300名以上の方々とともに過ごした「創立35周年記念イベント」は、今でもその1コマ1コマを鮮明に思い出せるほど心に残っています。

今年度のセミナーのテーマは、JSRMLの目指す「ダンス・仲間・健幸華齢（サクセスフルエイジング）」ですが、サブタイトルとして「自分へのアプローチ～目覚めさせ方～」を加えました。「これから的人生で今が一番若い！」だからこそ一瞬、一瞬を大切に過ごしていきたい私たち。改めて自分に目を向ける充実した2日間になればと願っています。

講演は、「Welcome to TOKYO」「大好き！プラスちゃん」を作曲された棚谷祐一先生に「メロディと表現～“型”と創造のしくみ～」というテーマでお話しいただきます。講義は、十文字学園女子大学健康栄養学科の木村靖子先生に「食生活と健康～振り返りのすすめ～」というテーマでグループワークも取り入れ、ご指導いただきます。外部講師として、金井英三枝先生には「90歳の壁を越す～金井メソッド編～」、荒川江理子先生には「スタンダード・ジャズダンス～粹に踊るジャズの世界～」として実技のご指導いただきます。エネルギーッシュな先生方から、たくさんの刺激をいただけることでしょう。内部講師として、飯田路佳、田中安理、多田五月が実技「ダンスマーヴメント」を担当し、1年間の締めくくりとなるよう準備を進めています。

今回は、昼食会を企画しています。7日の昼食は、学生ホールに集まっていたとき、こちらで用意したお弁当を食べながら、約1時間、楽しく語り合い、交流を深めましょう。

今年も、皆様お誘い合わせの上、多数ご参加くださいますようお願い申し上げます。スタッフ一同、ご満足いただけるように力を合わせ、皆様のお越しを心よりお待ちしております。

～概要～

1 主 催 日本リズムムーヴメント指導者協会
(Japan Society of the Rhythm Movement Leaders)

2 期 日 2026年3月7日(土)・3月8日(日)

3 会 場 十文字学園女子大学 (〒352-8510 新座市菅沢2-1-28)
記念ホール「メインアリーナ」、
9号館9417教室、7号館751教室

※受付場所は、両日共に記念ホール「サブアリーナ」で行います。

4 テーマ ダンス・仲間・健幸華齢（サクセスフルエイジング）
自分へのアプローチ～目覚めさせ方～

5 対 象 日本リズムムーヴメント指導者協会会員
生涯スポーツ指導者・スポーツリーダー及びそれを目指す者

6 参加費 受講料 会員 10,000円 ビジター 15,000円

※ 昼食 1日目の昼食は、JSRMLで用意します。2日目は各自でご準備ください。

7 日程 及び 会場

		10:00	10:30	10:40	12:00	13:30	14:50	15:05	16:25	16:30
3月7日 (土)	*	受付	開講式	講演 9417 教室	昼食 交流会	実技① メインアリーナ	実技② メインアリーナ		解散	
3月8日 (日)	*	受付	講義 751 教室	実技③ メインアリーナ	昼食	実技④ メインアリーナ	実技⑤ メインアリーナ	閉講式	解散	

1日目 3月7日（土）

講演 「メロディと表現～“型”と創造のしくみ～」
講師 棚谷祐一 十文字学園女子大学 教授



専門分野は、音楽コンテンツ制作、作曲、音楽理論、ポピュラー音楽研究。キーボードも使用しつつ音楽が形になっていくプロセスの実演・解説、そしてお馴染みの「Welcome to TOKYO」や「大好き！プラスちゃん」等の作品例を交えながら、「表現」「音楽」「メロディが成立していく背景」についてお話しさせていただきます。

一般公開 について

講演は、一般の方もご参加いただけます。9417 教室の入口に一般の方用の受付を設けています。受付で参加費をお支払いいただき、教室にお入りください。席は自由です。

・受付時間：10時～10時30分 ・入場料：500円

昼食・交流会 学生ホールで、おいしいお弁当をいただきながら、交流を深めましょう。

実技① ダンスマーベメント「 昭和歌謡でノスタルジックナイト」
講師 多田五月 帝京大学 講師

心に響く歌詞と一度聞いたら忘れられないメロディが特徴の昭和歌謡。今回は1968年にリリースされた「ブルーライトヨコハマ」の世界観を踊ります。表現のキーワードは、昭和レトロ BAR、椅子、踵の折れたハイヒール。ノスタルジックな昭和歌謡を口ずさみながら、ほろ酔い気分で山下公園から港の見える丘公園まで歩いてみませんか。



実技② ダンスマーベメント「moonlight」
講師 田中安理 常葉大学 講師

この作品の楽曲は、ベートーベン「月光」の静かで幻想的な旋律から始まり、後半はギターのアレンジをきかせたリズムあるテンポとなっています。この変化に富んだ音楽と揺れ動く心情を重ね、からだと心で思い思いの表現を、月の光に照らされながら素敵に踊りましょう♪



2日目 3月8日(日)

講義 「食生活と健康～振り返りのすすめ～」

講師 木村靖子 十文字学園女子大学 教授 (管理栄養士)

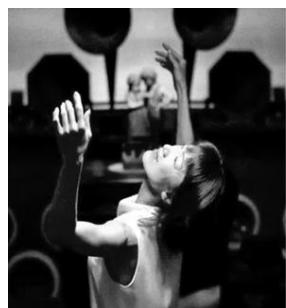
専門分野は、生活科学(調理と加工、フードサービス、食教育、食行動)。令和6年度栄養関係功労者(栄養士養成功労者)厚生労働大臣表彰。みなさん、ご自身の食生活、どんなことを大切にしていますか?お困りのことや聞いてみたいこと、ありませんか?そのような振り返りを交えながら、サポート学生たちと一緒に、毎日の生活を豊かに彩るヒントを探りましょう。



実技③ 「スタンダード・ジャズダンス～粋に踊るジャズの世界～」

講師 荒川江理子 ダンサー、ダンスインストラクター

ジャズダンスのステップやムーブメントを流れるように紡ぎ、時にクールに時にダイナミックに、スタンダードなナンバーを心地よく踊りましょう。今回は、以前に踊った作品をフルバージョンにパワーアップして、ジャズダンスの世界に浸る、豊かな時間としたいと思います。皆さんと再びご一緒に踊れるのを楽しみにしています。



実技④ 「90歳の壁を越す～金井メソッド編～」

講師 金井英三枝 日本女子体育大学 名誉教授

95歳の元大学ダンス教師。今もなお、ピラティス等で身体を鍛え続け、舞台に立ち、指導もし、人生を謳歌している金井英三枝が、運動指導者を永く続けるために、身体を若く保つ秘訣をお伝えします。

金井先生が毎日行っている朝と夜のトレーニングルーティンを実際に体験し、これからも長く踊れる身体を獲得しましょう。



実技⑤ ダンスマーヴメント「おしゃれに花を咲かせましょう 🌸」

講師 飯田路佳 十文字学園女子大学 教授

3月はもう春。瀧廉太郎作曲の「花」をジャズ風にアレンジした曲で、明るく楽しく笑顔で身体を動かしていきましょう。

ダンスマーヴメントには様々要素があります。それらを踏まえつつフィーリングに合わせて気持ちよく、わいわいと、私たちらしい色とりどりの花を咲かせましょう。



8 申込方法

① 別紙「参加申込書」の合計金額を確認の上、下記へ振り込んで下さい。

＜振込先＞ ゆうちょ銀行 (総合口座) 記号 10350 番号 55789411
口座名義 (受取人名) リーダーズセミナー 宛

※他金融機関から
の振込の場合

【店名(カナ)】 ○三八(ゼロサンハチ)
【店番】 038 【預金種類】 普通 【口座番号】 5578941

② 入金後、以下のどちらかの方法で申し込みを行ってください。

＜郵送による申し込み＞「参加申込書」に必要事項を記入し、封書で担当者まで郵送してください。

送付先 〒180-0003 武藏野市吉祥寺南町4-20-13-902 三代川葉子 宛

<フォームからの申し込み> 次の3つの方法のうち、やりやすい方法で、申し込んでください。

- ① URL : <https://forms.gle/nUSMuRp2E6uZRVz76> から申し込む。
- ② JSRML 公式ホームページ <https://www.jsrml.com/> から申し込む。
- ③ 2次元バーコードから申し込む。右の2次元バーコードにスマートフォンのカメラをかざすとフォーム画面に繋がります。

リーダーズセミナー申込みはこちら



9 申込締切 2026年2月4日(水)

※但し、締切り以後キャンセルの場合は、手続き上参加費はお返しえません。代わりの方の参加を勧めてくださるようにお願いします。1日毎に別の方が受講することはできません。

※申込みされた方には、受講票ハガキを2月中旬頃送付する予定です。なお、送付された受講票ハガキはセミナー当日ご持参ください。

10 宿泊

宿泊の手配は、皆様でお願いします。以下、十文字学園女子大学の近隣の宿泊施設を紹介します。どの施設も送迎はありませんので、各自でご対応下さい。

東横INN北朝霞駅西口 住所：朝霞市西原1-2-5 電話：048-486-1045

※「北朝霞駅西口」より徒歩2分。「新座駅」から「北朝霞駅」の乗車時間3分。

スマイルホテル北朝霞 住所：朝霞市西原1-5-5 電話：048-424-4885

※「北朝霞駅西口」より徒歩1分。

東横INN志木駅東口 住所：志木市本町5-21-18 電話：048-470-1045

※「志木駅」より徒歩約1分。大学へは、西武バス[清61]で。乗車時間13分、徒歩4分。

デイリーイン254店 住所：新座市畠中2-2-10 電話：048-478-6611

※大学まで車で6分。無料駐車場あり。車は利用しやすい。

11 諸注意

- ・セミナー開催中は、時間厳守にご協力下さい。

- ・セミナー開催中は、保険に加入しますが、各自安全には十分注意し行動願います。
- また、常備薬・保険証をご持参下さい。
- ・貴重品等の管理は、自己責任でお願いします。
- ・セミナー開催中は、ビデオ等の撮影及び録音はご遠慮下さい。

12 その他

- ・悪天候や感染症対応等により、セミナー開催等の判断が必要になった場合、できるだけ早い段階で判断し、JSRMLホームページ内[お知らせ]に情報をアップします。
- ・当日の参加申し込みも受け付けております。
- ・3月7日(土)、サブアリーナにて『チャコット』の出店を予定しています。
- ・(公社)日本女子体育連盟の事業とは異なります。
- ・個人情報保護に関する当協会の誓約の確認をお願いします。

個人情報保護に関する誓約 及び 利用条件・免責事項について

会員や講習会等参加者の個人情報(氏名・住所・電話等)をもとに案内を送付させていただきました。ご提供いただいた個人情報は、催事のご案内を発送する目的のみに使用し、法に定める場合を除き、ご本人の同意を得ることなく第三者に個人情報を開示することはいたしません。尚、個人データに関し、ご本人からのお申し出があった場合は、速やかに更新もしくは抹消をさせていただきます。本セミナーにかかる映像、画像、テキスト、音声又は関連資料等のコンテンツの著作権は講演者、主催者、その他の著作権者に帰属します。目的の如何を問わず、コンテンツの複製(ダウンロード、キャッシュ等)、送信、転載、その他二次利用行為はお断りさせて頂きます。

問合せ先 090-7637-8946 (佐藤 廣子) 090-2663-3658 (清水 文子)
E-mail : info@jsrml.com