



JSRML レター  
NO.58  
2024.6.1

ごあいさつ

5月定例会は、46名に参加いただきました。8月のJAPEWの70周年記念大会では、JSRMLとして「愛しみのワルツ」を発表します。私達がどのように作品と向き合ってきたのか、その思いも伝えていきたいと考えています。限られた時間で準備を進めることとなりますが、JSRML35周年の記念行事の取り組みの1つとして、JSRMLの歴史に残る作品に仕上げていきましょう。 飯田 路佳



## 6月定例会

○日時：6月22日（土） 13:00~16:00

※ 受付は、12:30~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

○13:00~14:30 内容①：ダンスムーヴメント

【タイトル】TANGO 心よいずこ

【曲名】 心よいずこ

【ダンスのねらい】 今回の作品は、平成11年の作品である。アルゼンチンタンゴの動きを見て足首や膝を入れた動きに魅せられたことが、この作品ができた理由である。また、“心よいずこ”の曲を聴いた時、リズム、曲想がこれらを生かした作品となるよう、一連の動きにしてみた。

【講師】 高橋 眞琴

○14:45~16:00 内容②：JAPEW 70周年記念大会 作品練習

グループに分かれ、作品練習を進めます。

### 【JAPEWの70周年記念大会にむけた練習予定】

サマセミナーの作品「愛しみのワルツ」は、古澤巖さんの「愛しみのワルツ」の前半4分間を作品にしたものでした。今回は、「愛しみのワルツ」全曲6分間を作品としてまとめていきます。グループに分かれて踊るため、それぞれの体力に合わせて参加いただけるよう工夫もしていきます。ぜひ、ご参加ください。

| 期日   |                      | 場所  | 内 容                                                                                                                                                        |
|------|----------------------|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5/25 | 定例会<br>内容②<br>14:45~ | 十文字 | ① 「愛しみのワルツ」の基本練習。<br>② ダンスリーダー及びSSスタッフが作品の基本部分を発表し、作品のイメージを伝える。<br>③ 「愛しみのワルツ」サマーセミナーバージョンを復習する。<br>④ 今後の流れを確認し、参加希望を確認する。<br>※5月定例会欠席者には、後日、連絡網担当から確認します。 |
| 6/22 | 定例会<br>内容②<br>14:45~ | 十文字 | ① 作品の構成を確認し、グループを編成する。<br>② グループに分かれて練習する。<br>③ 衣装配布。                                                                                                      |
| 7/27 | 定例会<br>13:00~        | 十文字 | ① 衣装着用し、作品を練習する。                                                                                                                                           |
| 8/11 | 特別練習<br>10:00~       | 十文字 | ① 衣装着用し、通し練習をする。<br>② 当日の集合場所、時間などの確認。                                                                                                                     |
| 8/20 | 本番                   | NYC |                                                                                                                                                            |

※ 限られた時間で作品を仕上げていきます。そのため、7月27日、8月11日の練習には、参加いただけるよう調整をお願いします。

## 5月定例会 内容①

### ダンスムーヴメント ♪START!

想いを込めてステップを!「これまでの自分の歩みを心の糧として、これからの人生も笑顔で前へ」私達の歩みは止まりません。

1 受付 総会報告配付。血圧測定も継続しています。



2 飯田先生 挨拶



JSRML として記念大会に参加します。年齢を重ねたからこそ、さらに感じる踊ることの楽しさを皆さんでステージ上で表現していきましょう。

3 佐藤先生の作品紹介



中島みゆき「ヘッドライト・テールライト」に何度も繰り返される「旅はまだ終わらない」の歌詞に思いを重ね作品としました。自分の正面を照らす光を目指して笑顔で前へ。

4 グルーピング 3 歩歩き、さらに 4 歩歩く。目の前の人と 2 人組。斬新な手法です。



5 脳トレ 2人で、「いちご」「びわ」「すいか」のポーズを決め、合図に合わせてポーズをとります。



【感想】まずアイスブレイク(脳トレ)良かったです。楽しかったです。作品「START!」も何故か新鮮なダンスに思えました。分かり易い御指導で、大満足でした。有難うございました。

6 ウォーミングアップ



7 作品の構成は、前奏①②A-B-C-前奏②A-B-C'-D-後奏 順に動きを確認します。





8 2つのグループに分かれ、最後のポーズを相談します。



9 通し練習



10 2つのグループに分かれ、発表



【感想】動きやすく、適度な運動量で疲れた体も回復しました。「START!」という曲名が気に入りました。

【感想】5月定例会、佐藤先生「START!」まさに色々な意味でのSTARTですね。佐藤先生の丁寧なご指導と口三味線、楽しく動くことができました。ありがとうございます。

11 クーリング  
グダウン



【感想】始めのストレッチで体の隅々まで良く伸び、振りの所は覚えやすい説明でとても分かり易く、気持ち良く踊れました。丁寧なクーリングダウンで全身もほぐれ、心と体が元気になって帰宅できました。

## 5月定例会 内容②

### 1 佐藤先生 挨拶



JAPEWの70周年記念大会に、JSRMLは協会として参加します。もちろん強制ではありませんが、楽しんで踊る皆さんの様子を多くの方々に見ていただきたいと思います。SS講習会の作品に後半部分が加わることで、更に想いが深くなり素敵な作品になると考えています。

### 2 ダンスリーダー師範 作品のイメージを伝えます。



### 3 動きの確認 ポイントを確認しながら進めます。佐藤先生のアドバイスを拾ってみました。



手と足は一緒。シュ、タ・タ・タ、ン・ターン、ターン、3歩下がる。

自分の中に入っていきます。遅れても、音を引かず動いても大丈夫。



もっと引き上げてみましょう。体に曲がなじんできましたね。



体の向きが大事。面の角度で見え方が大きく変わってきます。



足の運び、タイミングをとりましょう。ためが大切。



体の中に動きをしみこませていくように時間をかけて踊りこみましょう。



4 3つのグループに別れ、ダンスリーダーの指導のもと練習。さらに美しく仕上がっていきます。



5 強い要望に応え、再度ダンスリーダーの師範。皆さんスマホで記録し、目に焼き付けようと真剣です。



6 クーリングダウン



7 記念大会参加の意向確認。



8 最後の血圧測定 ご苦労様でした。



【感想】丁寧に指導していただいたので分かりやすかったです。ブロックごとに分かれての安理先生の説明もとても分かりやすかったです。身体を動かして気持ち良く踊れました。

【感想】「START！」から始まり「愛のワルツ」で終わり、長かったと思いながら充実した時間でした。夏の講習会でやった事などすっかり忘れて新曲だと思ってました。8月20日に向かって皆さんと動く事ができる幸せを感じながら、御指導のほど宜しくお願い致します。久しぶりなので実はまだ不安です。