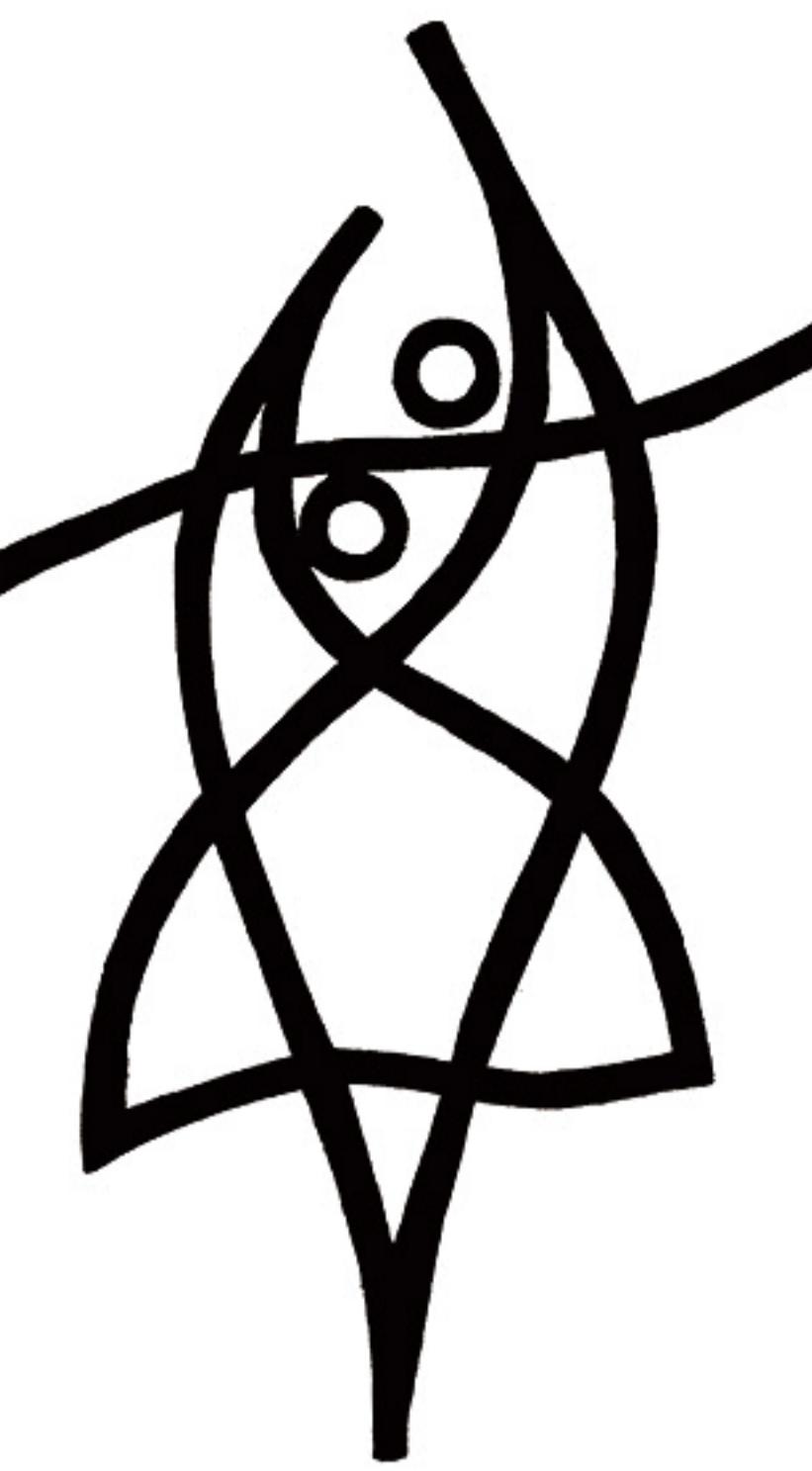


News

SAITAMA
DANCE ASSOCIATION



No.55

埼玉県舞踊協会
ニュース
2023.5.5



新チャレンジ
ドキドキ・ワクワク♡フェスティバル 報告!
大収穫のイベント

© スタッフ・テス

- P.2 ドキドキ・ワクワク♡フェスティバル開催!
- P.4 埼玉県文化振興の集い
- P.5 コレオグラファーの目 vol.20 「足袋 nce @禅寺」
- P.6 芸術文化ふれあい事業
ダンスとからだの関係 第2弾!
- P.7 おめでとうトピックス! (其の6)
- P.8 協会からのお知らせ / お問合せ
編集後記

ごあいさつ

春の足音の中、少しずつ日常を取り戻し、舞台活動を開始されていると存じます。今回より第55回協会ニュースも新しく致しました。第55回バレエ・モダンダンスフェスティバルが新企画ドキドキ・ワクワク♡フェスティバルとして、A・B・Cプログラムを設け、皆様のご協力により盛会の中無事開催されました。夏にはコンクール、秋には沖縄での公演「結・海と空」作品を控え、皆様と共に頑張って参りたいと思います。

埼玉県舞踊協会会长 上原尚美

ドキドキワクワク フェスティバル 開催！

～全ての世代に小さなおどろきと感動を～ 栃沢寿美

2023年3月5日 埼玉会館大ホールにて

埼玉県文化振興基金助成事業の一環であり、社会とつながる芸術活動として催されました。藤井香先生の提案により提出した申請書が通り、初めての試みとしていろいろな計画を実行に移す為、原島マヤ先生のアイデアと指揮の下、担当の先生方及びお手伝いの先生方やスタッフの皆様が一丸となり素晴らしいフェスティバルが開催されました。

A プログラム

第55回バレエ・ モダンダンスフェスティバル

- ①新野舞踊研究所
- ②マヤバレエスタジオ
- ③705 + Dance Lab
- ④川名今朝美モダンバレエスタジオ
- ⑤JR A ARTS STUDIO
- ⑥細川初枝モダンバレエスタジオ
- ⑦文月玲バレエスタジオ
- ⑧谷乃梨絵モダンバレエスタジオ
- ⑨藤井・上原モダンバレエスタジオ
- ⑩窪内絹子&YOKO
モダン・バレエスタジオ

B プログラム

ワクワク・ドキドキ 体験コーナー

- ・健康ストレッチ体操
講師 細川麻実子
- ・折り紙 de ポストカード
講師 濱口健太・濱口朋子
- ・アロマバスボム作り
講師 原島マヤ

C プログラム

埼玉全国舞踊コンクール 上位入賞者披露公演

- 第54回（2022年）
クラシックバレエ部門・
モダンダンス部門より2部、
ジュニア部、1部の
1位・2位の1・2位の2
創作部門過去3回（第52回・53回・
54回）の第1位を一挙披露。



7 文月玲バレエスタジオ
「家路」



8 谷乃梨絵モダンバレエスタジオ
「ハイカラさん憧れの君」



9 藤井・上原モダンバレエスタジオ
「それしかないわけないでしょ」



10 窪内絹子&YOKO モダン・バレエスタジオ
「日本よいとこヨイ！ヨイ！ヨイ！」

総評 埼玉県舞踊協会名誉会長 藤井利子

A プログラム 14時30分～

伸びゆく彩の国さいたまの子どもたちによる 第55回バレエ・モダンダンスフェスティバル

- ①新野舞踊研究所「The Song of the Phoenix」時空間の流れ、展開が意欲的に生かされ、ホルストの曲と共に進行する創作の手腕が光っていた。
- ②マヤバレエスタジオ「君の願いが世界を輝かす」淡々と拡張する心情表現の美を軸に、謳いあげた好感度高い群舞作品。
- ③705 + Dance Lab「青空讃歌」柔軟性豊かなダンスがさわやかに流れる展開で、命の光粉が煌めいていた。
- ④川名今朝美モダンバレエスタジオ「Libera」柔らかな優雅な動きと白の衣裳による質感を作品の軸にすえた群舞構成作品。
- ⑤JR A ARTS STUDIO「狐が原に、しんしんと・・・」民話の語りで始まる意欲的な作風で間を生かし、現実から遠野へ思いを馳せた着想が素晴らしく、印象に残る。
- ⑥細川初枝モダンバレエスタジオ「Aladdin～魔法のランプ」ドラマ的進行の節々に、仮装化した男性が飛び込んで弾けるユーモアが魔法のランプと重なり、アラビア風群舞ダンスを展開した作品。
- ⑦文月玲バレエスタジオ「家路」マッチ売りの少女を軸に、家路を行き交う人々を描く作品だが、構成演出共に、熟練した年季を感じさせた出色作。
- ⑧谷乃梨絵モダンバレエスタジオ「ハイカラさん憧れの君」大正時代の華やいだひとときがダンス化され、良き時代の楽しさが浮き彫りされた印象に残る出色作。
- ⑨藤井・上原モダンバレエスタジオ「それしかないわけないでしょ」現実と想像の世界に、未だ境界線を持たない幼児時代に視点を置いた感覚の世界。パズル的で何だか面白い楽しみ方を初体験。
- ⑩窪内絹子&YOKO モダン・バレエスタジオ「日本よいとこヨイ！ヨイ！ヨイ！」スピーディな構成・演出の流れを、小さい子組、男の子組から大きい方々まで、最初から最後まで、全員が力強いエネルギーで劇場を満たした作品で、Aプロ公演の最後を観客と共に盛り上げ、締めくくって下さり終了。

B プログラム 16時20分～

ワクワク・ドキドキ♡体験コーナー（大ホールロビー）

当日の観客の方々、出演の子供達が、ロビーにそれぞれ集い、楽しく体験され、一足早い桜の開花の様な明るい空気が満ちたひとときとなりました。



1 新野舞踊研究所
「The Song of the Phoenix」



2 マヤバレエスタジオ
「君の願いが世界を輝かす」



3 705 + Dance Lab
「青空讃歌」



4 川名今朝美モダンバレエスタジオ
「Libera」



5 JR A ARTS STUDIO
「狐が原に、しんしんと・・・」



6 細川初枝モダンバレエスタジオ
「Aladdin～魔法のランプ」

C プログラム 18時30分～

埼玉全国舞踊コンクール上位入賞者披露公演

◇2部（児童）

クラシックバレエ部門 2位の2 藤井美侑「パキータよりVa」、2位の1 塚本花梨「ライモンダより Va」、モダンダンス部門 2位の2 高橋真子「光るいのち」、2位の1 久保田葵音「啼く、鳥」、1位 平野稟佳「悲しい映画を観たあとで」



▲クラシックバレエ部門2部
藤井美侑



▲クラシックバレエ部門ジュニア部
村田剣一



▲モダンダンス部門ジュニア部
高野凜



▲クラシックバレエ部門シニア部
池田佳蓮



▲モダンダンス部門シニア部
内田奈央子



▲創作舞踊部門 第52回
久住亜里沙
©スタッフ・テス

◇ジュニア部

クラシックバレエ部門 2位の1 村田剣一「バジルの Va」、1位 安海真之介「デジレ王子の Va」、モダンダンス部門 2位の2 近藤花音「行き場のない声」、2位の1 高野凜「群青（あお）に染まる」、1位 岩永明希「今が通り過ぎてゆく前に」

◇シニア部

クラシックバレエ部門 2位の2 池田佳蓮「ジゼルの Va」、2位の1 尾関華「ガムザッティの Va」、モダンダンス部門 2位の2 横井伽歩「枯渴する細胞」、2位の1 内田奈央子「刺青」、1位 伊與田稀日「青のオーケストラ」

◇創作舞踊部門

第52回 第1位（2019年）久住亜里沙「ハクモクレンの下で」（出演）白髭真二・久住亜里沙

第53回 第1位（2021年）原島マヤ「心の垢」（出演）佐藤優子・村松千花・金森みづほ・清水綾乃・矢島歩・根岸早苗・矢島茜

第54回 第1位（2022年）高橋純一「光と遊ぶ」（出演）海保文江・高橋純一

以上18作品が上演されました。テクニカル部門出場の皆様は、基礎力も表現力も高いレベルの方々でご高覧の皆様の胸に感動をお届け出来たと思います。今後も輝きを生かし続けられます様、研鑽を積み、大成なされます様お祈りいたしております。又、御指導の先生方に感謝の気持ちを捧げます。創作作品は、作者の感覚や視点の独自性で、表現技法は異なりますが、今後もイメージの創造力を楽しみながら、作品を通して多くの方々の心に、ぬくもりや生きる力、豊かな感性等々をお送り頂きたく、益々のご発展ご活躍を心から祈り上げております。本日は素晴らしい舞台をありがとうございました。

第47回埼玉県文化振興の集い 栃沢寿美



令和5年2月4日（土）埼玉会館大ホールにて

第47回埼玉県文化振興の集い～森を吹く風のように～が開催されました。

埼玉県舞踊協会から、クラシックバレエより 寿美バレエスタジオ「春の時」、モダンダンスよりすきさよこモダンダンススタジオ「洋上は楽し」「ジャズメロディー」が出揃いました。他に日本舞踊と吟剣詩舞道の方々が出演、初めての参加で少し不安もありましたが、打合せから本番当日まで舞踊協会名誉会長の藤井利子先生・中村友美先生が立会って下さり、本番では会長の上原尚美先生、舞台袖には理事の青木りえ先生・北原弘子先生もスタッフとしてお手伝いして下さり、とても心強く安心して本番に臨む事が出来ました。クラシックもモダンも小さい子がとても可愛いと評判良くホッと胸を撫で下ろしました。とても有難く有意義な公演でした。

埼玉県文化団体連合会の市川紅美先生を始め文化団体の先生方・関係者各位・スタッフの皆様に心から感謝致しております。



足袋 nce@ 禅寺～静寂を纏う～

コレオグラファーの目 vol.20」開催報告

～アウトリーチ活動の醍醐味～

埼玉県舞踊協会が2006年より始めたアウトリーチ活動「コレオグラファーの目」が、【令和4年度 次代の文化を創造する新進芸術家育成事業「現代舞踊新進芸術家育成 Project」アウトリーチ Project 劇場外での実践と地域へのコミットメント】の助成を受けて、三光院という禅寺で開催されました。

アウトリーチ活動とは、劇場外のスペースで公演やパフォーマンスを開催し、劇場に訪れない「潜在的観客層」にダンスを見る楽しさを届ける活動です。また、コレオグラファーやダンサーたちにとっては、社会との関りの中でダンスの世界観を広げ、劇場では得られない様々な刺激を受けられる場となっています。

「足袋 nce@ 禅寺～静寂を纏う～コレオグラファーの目 vol.20」が開催された3月26日は、小雨の降る肌寒い日でした。早朝から集まった出演者の中には三光院前庭で上演する方もおり、本堂での上演に変更するか尋ねてみると、「土砂降りでもやります！」との即答が。——いや、かえってこの雨を悦んでいる様子に安堵し、スタッフも出演者も熱い思いを胸に開演を迎えるました。14:00～のAプログラム、17:00～のBプログラム共に満席の中、小泉住職による座禅体験からスタートし、本堂でも前庭でも濃厚なパフォーマンスが展開されました。

コレオグラファーの全員が、事前に小泉住職からお寺の由来を学び、座禅を体験し、会場に身を置いて構想を練ったこと。観客と演者が一体感を持てるような『場』の力があったこと。コレオグラファーの年齢層に幅があったこと。新しいチャレンジを決行する若手と、様々な人生が浮き彫りになるベテランのダンスにより、人生の数だけダンスの形態があると感じられたこと。等々、小さな諸事の積み重ねが濃厚なパフォーマンスを引き出した所以だろうと思いました。

また、A,Bプログラムの間には「開運祈願付きお香ワークショップ&お抹茶コーナー」も行われ、古典文化や現代のダンス文化を身近に楽しみ、心の糧とするひと時を創出できたのではないかと思います。

アウトリーチ活動では開催形態や開催頻度、近隣への周知の仕方や町の行事との繋がり、コラボレーションの有無等、様々なことを想定して開催する楽しさがあります。それら、アウトリーチ活動の醍醐味を踏まえながら、これからもスタッフ一同、トライしていきたいと思います。



<開場前の余話>

「コレオグラファーの目」担当：

藤井香、原島マヤ、すきさよこ、文月玲、上田仁美、若野信子、和泉伽甫留、上川原雅子、江積志織



—散歩がてら、ひょっこり立ち寄ったおじいさんとの会話

老人「コレは何だい？ 来たら見れるのかい？」

私「2,500円のチケットを買ってくださいれば見れるんです…。」

老人「俺はいま金持っていないから見れないな～。毎月開催してるのかい？」

いつもやってるの？」

私「今回が初めてで、次は1年後くらいになるかもしれません。」

老人「そうか。初めて見るもんな。ちょっと散歩してたら見えたからね。寄ってみたんだけどね。」

—このおじいさんにも見て頂きたいな、と感じた一コマでした。



芸術文化ふれあい事業

ダンスの授業をしてきました！ すきさよこ

昨年10月25日久喜市立柏間小学校にて2クラスダンスの授業を担当する貴重な機会をいただきました。担当の先生からとにかく子どもたちが“笑顔で楽しく自分を表現”してほしいと要望をいただき無事にできるか心配しながら始めました。

1時間目 ストレッチと簡単な動き、(痛い、できないと言ひながらも反応)

2時間目 音楽1曲を歌っているところスキップ、語りのところポーズ遊び、4セットの繰り返し。(だんだん笑顔で良い感じ)

そして、いよいよグループ別にポーズのテーマを決めて発表。(発想の豊かさに感心)毎日でもやりたいという子たちもあらわれ笑顔で終了。先生方のご協力もあり、無事終えることができました。一番の感想は「明日に繋がり未来に繋がる子どもたちの笑顔はなんと素晴らしい」でした!!今でも思い出してはホッコリしています。

貴重な経験ありがとうございました。

ダンスと身体の関係 第2弾！

腕の動きを徹底解明！

肩が上がってしまうのはどうして？

ダンサーとして知っておきたい肩のこと

理学療法士 島田ひかり

バレッサンや作品の振り付けで両腕を頭上に挙げる場面は多くあります。その際、肩が上がっていることにご自身で気付いたり、先生に指摘されたりしたことはありますか？肩が上がってしまう原因は1つではありません。

本記事では、①肩の構造 ②腕を動かすときの肩関節と肩甲骨の動き ③肩が上がってしまう原因の3つをご説明します。

まず初めに、①肩の構造について説明します。

皆さんの腕はどこから生えているかご存知ですか？二の腕の骨（上腕骨じょうわんこつ）は背中に左右1対ずつある三角形の形をした肩甲骨の一部と接しています（図1）。図2のように上腕骨の一番上にある丸い部分（上腕骨頭じょうわんこつとう）が肩甲骨のくぼんでいる部分（関節窓かんせつか）と接しています。

この接している部分を肩関節（正式には肩甲上腕関節けんこうじょうわんかんせつ）と言います。

上腕骨頭の表面のうち、25%程度しか関節窓と接触していません。

わかりやすく例えると、ピンにゴルフボールを乗せているような構造をしています（図2）。ピンからボールは容易に落ちる、すなわち肩関節は外れやすく（脱臼しやすく）とても不安定です。その不安定さを補うために、肩関節の周りにはさまざまな筋肉や韌帯などが存在しています。

また、肩甲骨は筋肉によって肋骨(あばら骨)に張り付いているような状態を保ち、肋骨の上を滑るように動いています（図1）。

次に②腕を動かすときの肩関節と肩甲骨の動きについて説明します。

両腕を真上に挙げた状態（約180度）のうち、2/3（約120度）は肩関節、1/3（約60度）は肩甲骨が動いています（次ページ図3）。



図1

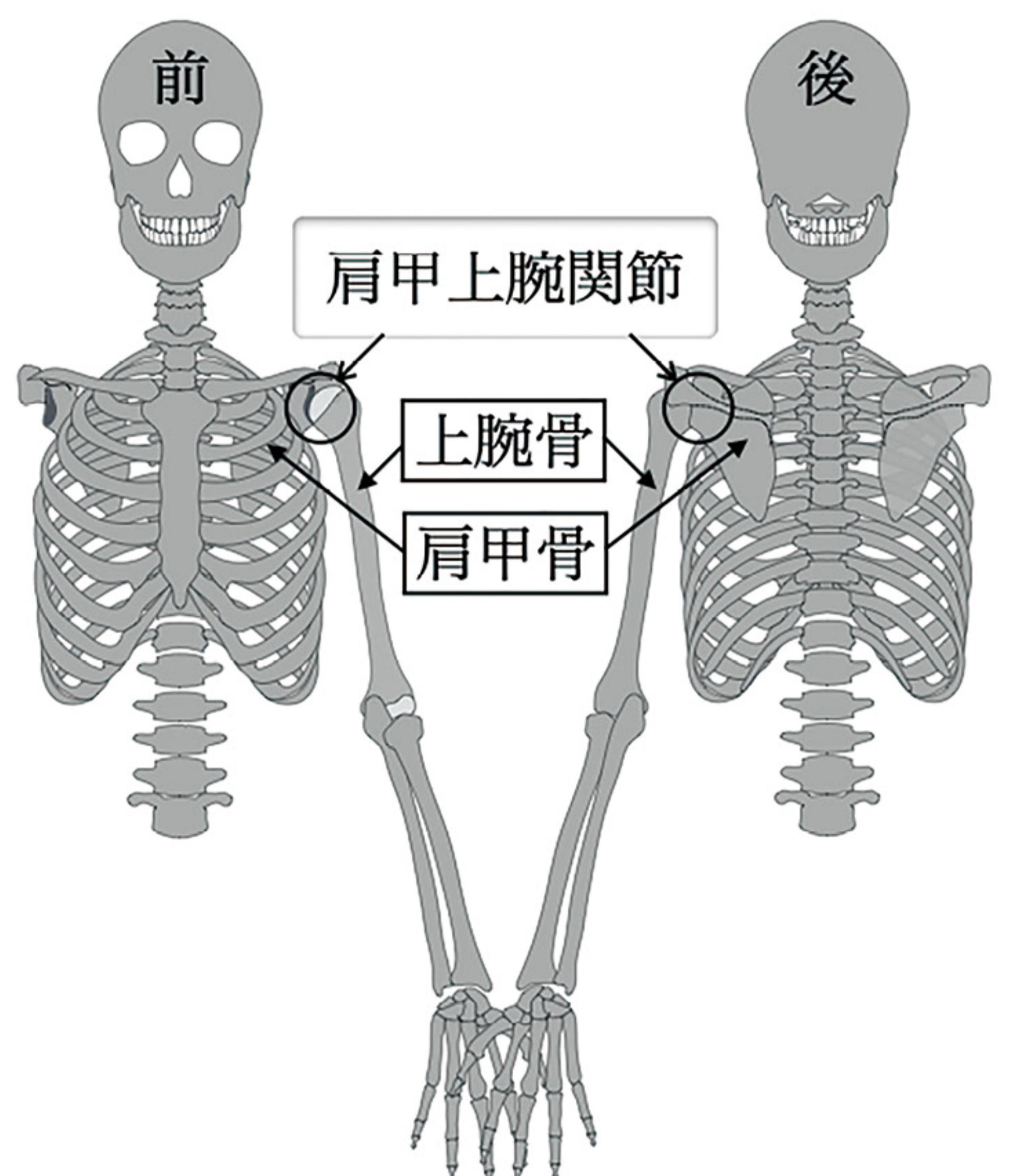


図2

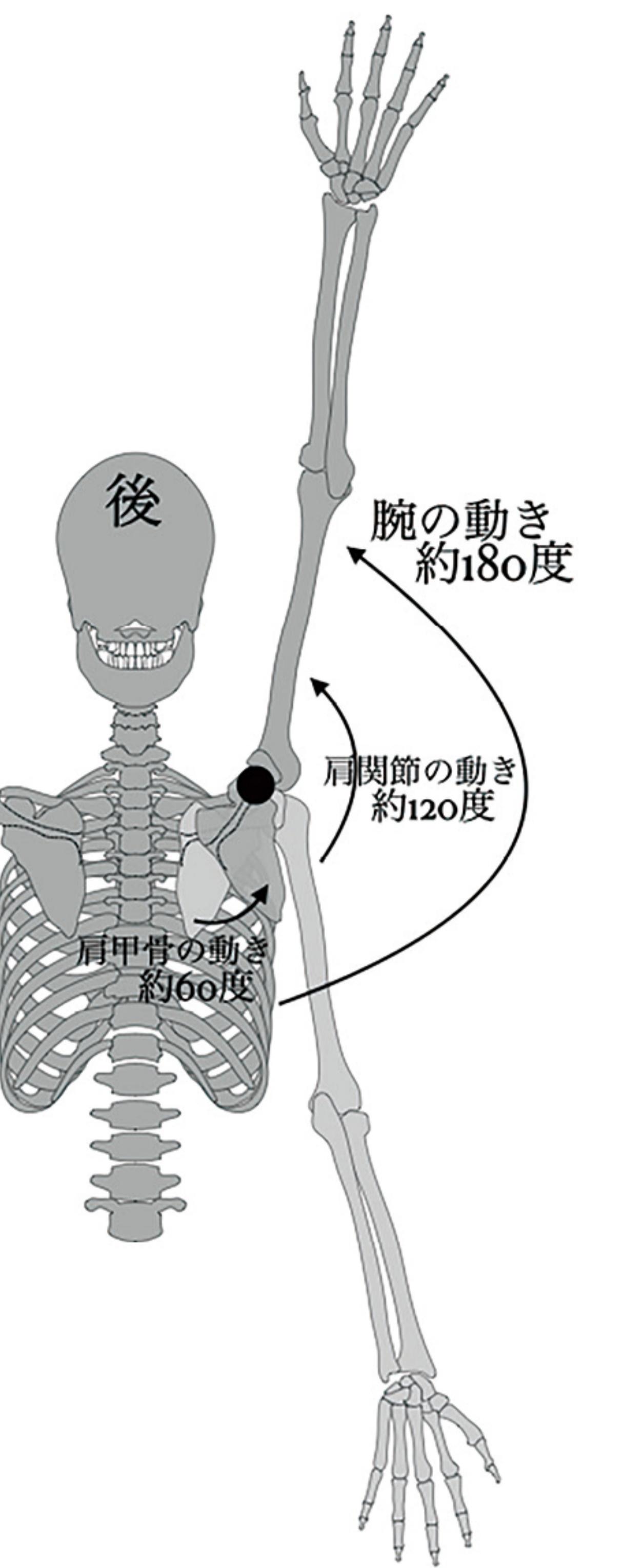
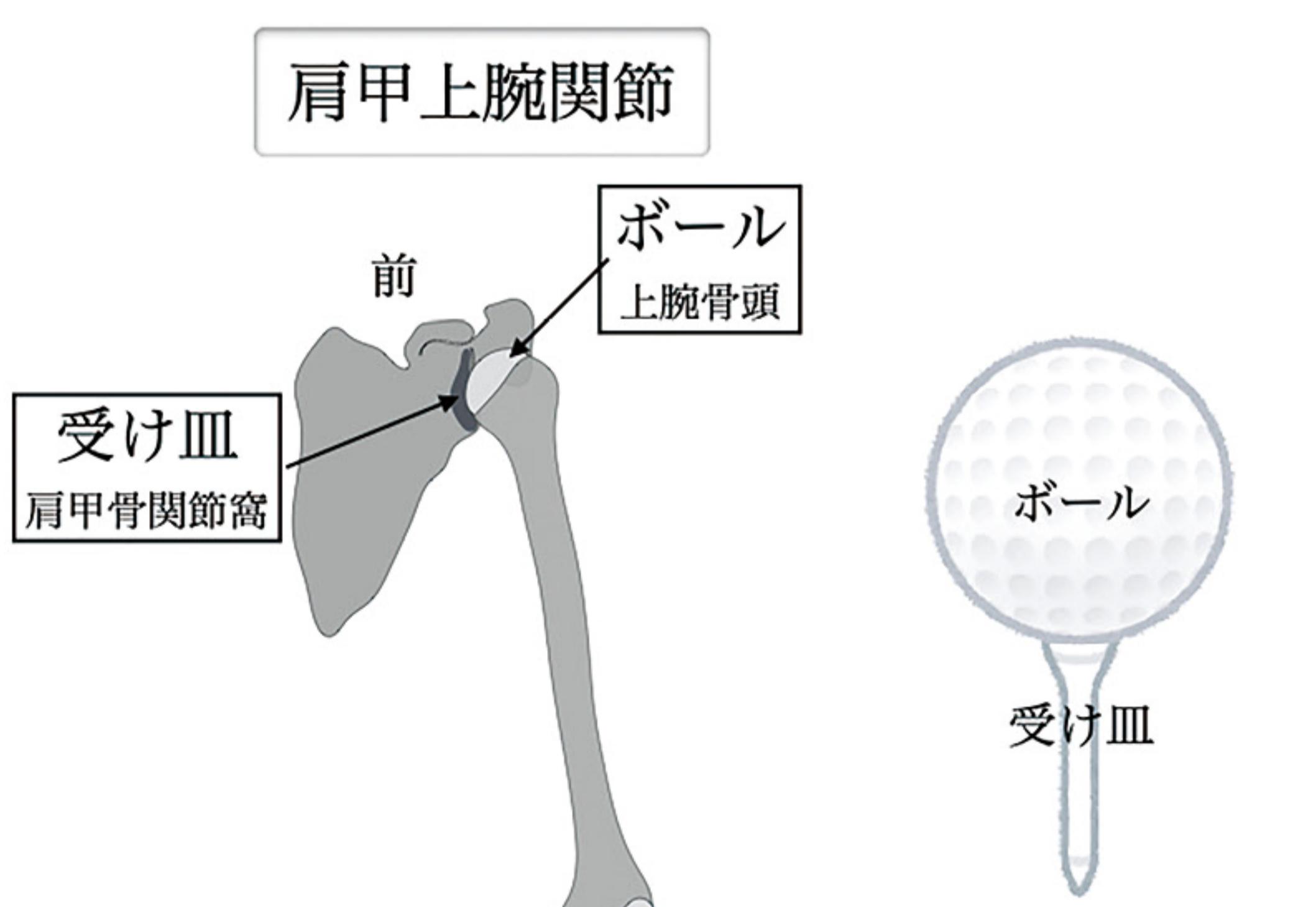


図3

つまり、肩関節だけではなく、肩甲骨が肋骨の上を滑るように動くことによって、頭上まで腕が挙がります。肩の構造上、肩甲骨を全く動かさずに腕を真上まで挙げることはできません。ぜひご自身の身体で確かめてみてください。腕骨頭と関節窓が適切に接した状態を保つために肩関節だけでなく、肩甲骨の動きも必要になります。

しかしながら、肩関節も肩甲骨も協調して動くことが大切で、それぞれが動きすぎても動かなさすぎても問題が生じる可能性があります。

3つ目に③肩が上がってしまう原因について説明します。

さまざまな原因がありますが、その中から2つ取り上げたいと思います。

(1) 肩甲骨が肋骨から浮いており、肋骨の上で肩甲骨をうまく滑らせることができない肩甲骨が肋骨に平らに張り付いておらず、肩甲骨の内側から下にかけて、あるいは肩甲骨全体が後ろに押し出されて浮いているのを翼状（よくじょう）肩甲骨と言います。

肩甲骨が浮いたまま動かず、十分に腕が挙がりません。それを補うために肩がすくみ（上がり）ます。この場合、肩甲骨が肋骨から浮かないよう、肩甲骨周りの筋肉を適切に使うためのトレーニングが必要となります。

(2) 肩関節周りの筋肉の一部が硬くなっています。腕が開きにくくなっていることにより、肩関節の動きが不十分となり、腕が挙がり切れません。それを補うために肩がすくみ（上がり）ます。

②で肩甲骨を全く動かさずに挙げられる腕の角度に左右差がある場合、挙げにくかった腕の肩関節周りの筋肉が硬くなっている可能性があります。この場合、硬くなっている筋肉の柔軟性を改善するトレーニングが必要となります。

このように、肩が上がる原因に応じて解決策が異なります。詳しいトレーニング方法が知りたい方は、下記までご連絡ください。

最後までお読み頂き、ありがとうございました。

●島田ひかり

理学療法士、JDACダンス教育指導士・介護予防指導士
ICLS (Immediate Cardiac Life Support) コース修了
HP <https://smdh1224.wixsite.com/website>
連絡先 smdh1224@gmail.com

おめでとうトピックス 其の6

～地域で続くダンスとの穏やかな関り～

とあるワークショップ会場で、鍛練された肢体が風と戯れるように踊っています。

—細川初枝先生です。自然体で踊る彼女の周りには、その美しさに気付いた人達がさりげなく言葉を交わしに訪れ、和やかな談笑が生まれます。

今回紹介するのは、2022年11月14日にしらこばと賞を受賞された細川初枝先生です。

中学校ダンス部でダンスを始め、県大会で優勝。高校ではダンス部を一から作り上げて6位入賞を果たします。その後一時ダンスを中断しますが27歳でモダンダンスに出会い、以来ダンサーとして活躍していらっしゃいます。そのような細川先生に受賞の知らせを受けた時の気持ちをお聞きすると、「びっくりしましたー。」と心底驚いたご様子。

今回受賞のしらこばと賞は、心豊かで住み良い地域社会を作るために長年努力されて来た方々に贈られる賞です。

細川先生は、ダンサー、指導者としての活動と並行して、

長年幅広い年齢層の方々を対象としたダンス指導を公民館で展開されています。

「高齢の方も多くいるから、無理せず、ダンスを楽しんでもらっています。」

脳の活性化にもなりますね。簡単な優しい踊りを1曲、6ヶ月かけて完成させるんです。

それを地元の文化祭で毎年披露していて、20年続いている。

とその歩みを話してください。

6月には現代舞踊展、9月には俳優座公演を控えている多忙な中、

細川先生と地域の方々とのダンスを介した穏やかな時間は、

今日も流れ続けます。

2023年3月6日のインタビューより K.F



第55回 埼玉全国舞踊コンクール2023

～歴史ある世界に羽ばたくコンクール～

◇開催日程

- 7/24(月)【新設!】バレエシューズ部門
クラシックバレエ部門1部予選
創作舞踊部門予選
7/25(火)クラシックバレエ部門ジュニア部予選
7/26(水)クラシックバレエ部門2部予選
7/27(木)クラシックバレエ部門2部決選
7/28(金)クラシックバレエ部門ジュニア部決選
7/29(土)クラシックバレエ部門1部決選
創作舞踊部門決選 表彰式

8/6(日)モダンダンス部門1部予選
8/7(月)モダンダンス2部予選
8/8(火)モダンダンス2部決選
8/9(水)モダンダンスジュニア部予選
8/10(木)モダンダンスジュニア部決選
8/11(金・祝)モダンダンス部門1部決選 表彰式

◇会場

埼玉会館大ホール (JR 浦和駅西口より徒歩5分)

◇ご観覧について

ご観覧は無料です。
指導者/関係者パスをお持ちの方がご入場頂けます。
パスをお持ちでない方は防犯上の理由でご入場時にお名前・ご住所・
お電話番号のご記入をお願いしております。

埼玉全国舞踊コンクール創作部門第1位受賞者の統一テーマで
生み出される作品群と芸術監督 藤井香の総合演出による、
地球を包括する魂のダンス

結・海と空

◇コレオグラファー

櫛田祥光 久住亜里沙 鈴木泰介 高橋純一 高橋裕子
たけだ有里 原島マヤ 富士奈津子

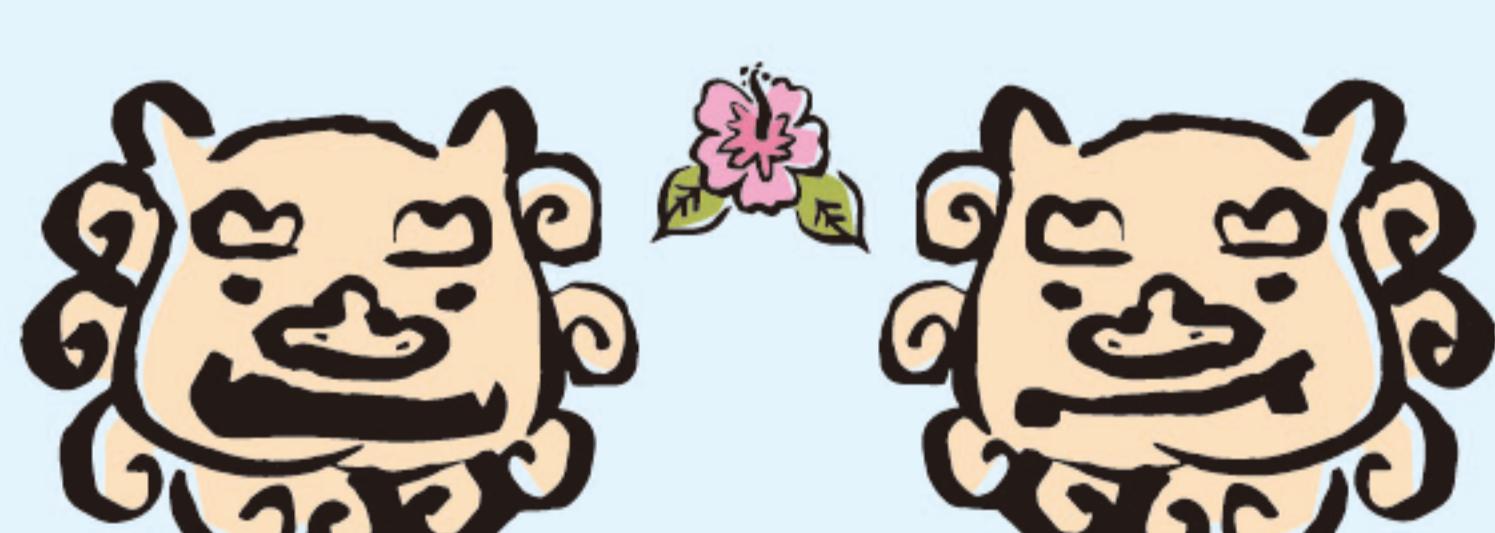
◇芸術監督・総合演出 藤井香

◇開催日時 2023年11月5日(日)

◇会場 那覇文化芸術劇場なはーと 大劇場

◇チケット: 3,000円、(U18) 2,000円

主催:一般社団法人現代舞踊協会、埼玉県舞踊協会
文化庁 大規模かつ質の高い文化芸術活動によるアート
キャラバン事業



編集後記

世の中、コロナも落ち着いてきて、新しくスタートした、協会ニュース55号に、期待を持っています。新しく編集に関わってくださった矢島茜さんの力を借りて、これからも進みます。

会員の皆様、よろしくお願ひいたします。

広報部: 笠原千珂子 山本教子 弓削多淳子 矢島茜

協会員からのお知らせとご案内

2023年4月～10月

「山崎麻矢モダンバレエスタジオ 30周年 2023年発表会」

◎2023年4月16日(日) 15:00～ 川越市やまぶき会館
連絡先: 049-234-3947 代表者: 山崎麻矢

「第24回バレエスタジオレッツ発表会」

◎2023年4月29日(土) 開演 11時30分 / 終演 16時
さいたま市文化センター 大ホール 青い鳥 白雪姫 白鳥の湖2幕他
連絡先: 080-6543-9816 (和泉) 代表者: 和泉伽甫留

「20周年記念 弓削多淳子バレエ教室 第11回発表会」

◎2023年6月4日(日) 16:00～ ウィズもろやま
連絡先: 042-985-3611 代表者: 弓削多淳子

「スタジオ sonorite' 第10回バレエ発表会」

◎2023年6月25日(日) 17:00～ プラザイーストホール
連絡先: 080-3507-9006 代表者: 石田えり

「第22回 伊藤京子バレエスタジオ 発表会」

◎2023年7月16日(日) 16:00～ ウエスター川越 大ホール
連絡先: 049-233-6244 代表者: 伊藤京子

「第53回 井上美代子バレエスタジオ 発表会」

◎2023年7月17日(月・祝) 16:30～ 越谷サンシティ大ホール
連絡先: 048-931-2374 代表者: 井上淳子

「アミ・ドゥ・バレエ 40周年記念 サマーコンサート」

◎2023年7月30日(日) 17:00～ 板橋区立文化会館 大ホール
連絡先: 03-5850-5884 代表者: 峯美保

「40周年記念 マリエバレエ発表会 2023」

◎2023年8月4日(金) 16:00～ 川口文化センターリリア メインホール
連絡先: 048-222-1535 090-6044-4755 代表者: 矢嶋麻律絵

「フジサトバレエスタジオ 第64回発表会」

◎2023年8月27日(日) 15:30～ IMAホール
連絡先: 03-3995-2218 代表者: 時田ひとし

「山本教子バレエスタジオ第30回発表会」

◎2023年9月30日(土) 17:30～ 埼玉会館大ホール
連絡先: 048-852-3517 代表者: 山本教子

埼玉県舞踊協会新進芸術家育成企画

BALLET&MODERN DANCE

第48回 STAGE1

2024年6月(予定)

※今年度(2023)は彩の国さいたま芸術劇場改修工事のため
公演をお休みさせて頂きます

2024 伸びゆく彩の国埼玉の子どもたちによる 第56回バレエ・モダンダンスフェスティバル

2024年3月(予定)

埼玉会館大ホール

埼玉県舞踊協会

◇ホームページ

<https://www.saitamaken-buyoukyokai.jp>

◇Eメール

saitama-dance@blue.ocn.ne.jp

○お知らせ

協会員の催し物のご案内欄次回の掲載は

2023年10月～2024年4月のイベントが

対象となります。第56回舞踊協会ニュース

の発行予定は2023年10月です。申込締切

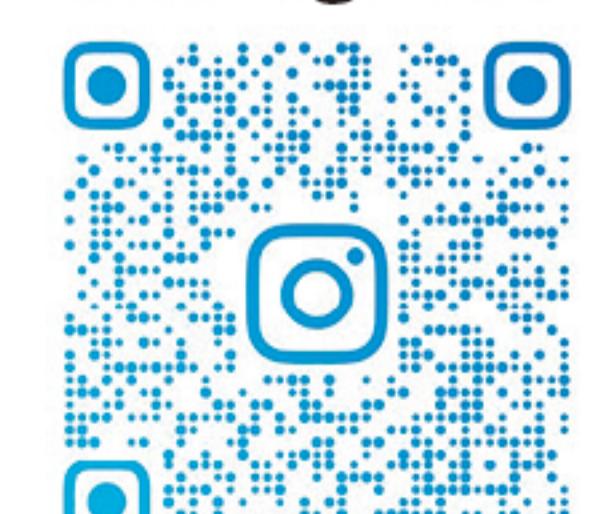
は8月末日と致しますのでお早めに広報まで

お知らせください。

ホームページ



Instagram



@SAI.DANCE1967