

広報誌 かながわ

第9号



都道府県対抗
全国ダンススポーツ大会6連覇達成!!



ジュニアサークル活動



神奈川県ダンススポーツ連盟

もっとダンススポーツを楽しもう!...Part2



神奈川県ダンススポーツ連盟
会長 仲野 巽

神奈川県ダンススポーツ連盟の昨年平成20年の会員数は4,064名で、とうとう4,000名の大台に乗ることができました。しかし、前年比で見ると94名の微増でした。内容的には新規入会者471名に対して、退会者がほぼ同数の377名と多数で、差引き94名の微増に留まりました。

この現象については、前号第8号でも書かせてもらいましたが、退会者のほとんどが競技選手で、高齢化で競技が負担になったことと、カップル維持が困難になってやめていく人が多いのが理由だと思われます

しかし、この方たちもダンススポーツを完全にやめてしまうわけではありません。競技会には出られないけれど、別な形でダンスを楽しみたいと思っている方たちがほとんどです。

このような方たちに連盟に残ってもらい、“もっとダンススポーツを楽しんでもらう”ために、神奈川県連盟がこれからやっていきたいと思うのは、次の4つのイベントです。

1. ダンスパーティー

パーティーはダンススポーツの原点。音楽にあわせて色々な方とステップを踏み交流するのは、楽しいことです。神奈川県連盟としては、今年、このダンスパーティーに力を入れていく予定です。具体的には7月26日(日)横浜文化体育館で大ダンスパーティーを開催します。神奈川県が誇るトップ選手をはじめ上手いアテンドをいっぱい準備して、我々でなければできないパーティーを企画中です。また、入場料も会員と非会員には少し差をつけさせていただいて、会員のメリットをアピールし多くの入会者を期待したいと思っています。

2. 初心者講習会

初心者講習会で基本を習っていくうちに、ダンススポーツのすばらしさに触れて講師の方を中心に講習会仲間とサークルを結成...これが理想的な初心者講習会と会員拡大のパターンです。現実には会場難、講師難で理想的にはいかないようですが、連盟内では相模原市連盟という全国に誇る事例を持っています。相模原市連約800人の会員の多くが、この初心者講習会で入会し育った方たちです。

3. 技術認定会と講習会

今年は、いよいよスタンダード・ラテン各4種目に拡大されたハイグレードコースがスタートします。競技会とは違って1人でも参加できて、生涯にわたって技術向上にチャレンジしてもらえようような奥深い制度を作っていきたいものです。競技会卒業生、競技からの転向者でも入っていけるような仕組みを検討中です。

4. 普及型コンテスト

1人でも参加できて、手軽に楽しめるコンテスト、公認競技会とは違ってルールも緩やかで、上手いリーダーやパートナーと即席で組んで競技会気分も味わう...そんなコンテストを従来の競技会やパーティーの中でどんどんやっていきたいと思えます。レディス・コンテストやトライアル・コンテストにも競技会卒業生、競技からの転向者が参加してもらえると、楽しいイベントになると思えます。

会員の中では競技を続けられなくなった競技会卒業生や転向者、また非会員を含めて競技にはあまり関心がない多くの愛好者。こんな方たちが気軽に参加してくれる楽しいイベントを、神奈川県連盟は考えていきます。

神奈川県リーダーズキャンプ

広報部
宇久 一輝

神奈川県ダンススポーツ連盟(以下、県連盟)は、DSCを含む各連盟の上位組織として構成されています。

各地域の連盟の会長、副会長が常務理事として参画し、更に各連盟からの推薦されている方が理事として参画しています。

県連盟には、競技部、指導部、技術認定部と、担当するいくつかの専門部があり、その長は、基本的に常務理事や理事の中から決められています。

また、県連盟には幹事という役があり、会計の監査、運営についてのアドバイスなどを行う方々で、やはり各連盟より推薦された方から選ばれています。

県連盟として開催される通常の会議として、常務理事会、理事会の何れかが月1回*行われており、上位団体となる社団法人 日本ダンススポーツ連盟(JDSF)や、関連する県体育協会からの報告と、県連盟として実施している行事に関する討議、そして各専門部からの報告と、決議すべき内容の検討などが中心として行われています。

上記会議では、案件を審議したり検討するのに時間が掛かってしまい、なかなか役員の中でも、じっくり話し合いをする時間を取るのには難しいのです。

このため、その年の課題で、じっくり検討しなければならないことを、まとめて討議するのが、毎年12月に開催されている、表記のリーダーズキャンプとなるのです。

今回のリーダーズキャンプでは、すでに広報誌でも記載している、会員拡大というのがテーマとして、技術認定会のあり方、パーティーの実施やその方法、初心者講習会、指導員について、会員の皆さんから上がってきた声や、実際に行った結果による反省など、そういったものの報告と、現在の仕組みを、どのように改善していくか、場合によっては必要に応じてJDSFに進言していくことを、ざっくばらんに話し合うことが行われました。

こういった話し合いにより、上手くいかなかった組織は、上手くいった組織の経験を共有することで、今後の活動に繋げていこう。



このような会議は、役員中心と思われがちなのですが、実は、討議の上で、会員の声が非常に大事ということになるでしょう。

ということで、一部の方の意見だけが採用されるということがないように、何かありましたら、ぜひサークルを通じて、イベントを通じて、いろいろな意見を伝えてほしいと思います。

*3ヶ月に一回理事会として開催し、それ以外の月は常務理事会として開催されている。

●チャコット、セキネ、ケント、タカ、インザムード、サンヨシムラ、バスタイム、サンデー、フジヤマ、他有名メーカー取扱店

DANCE SHOP
HANAOKA
www.danceshop-hanaoka.com

お探しのドレス
きっと見つかります

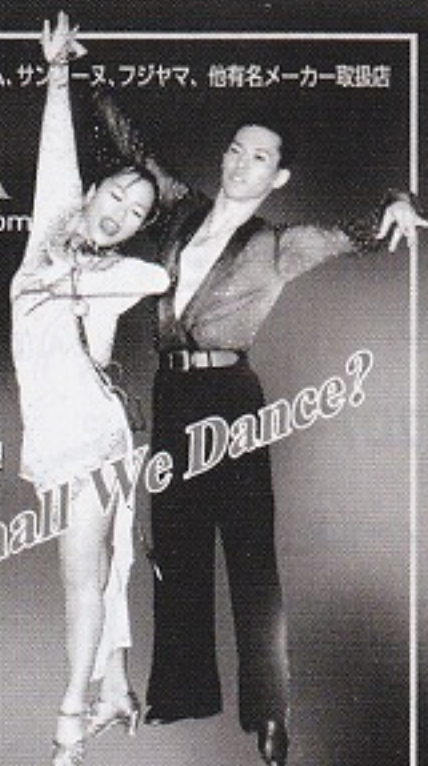
確かな品質と豊富な品揃えが花岡の自慢です!

- ★パーティー用ワンピース
- ★Tシャツ、スカート
- ★ダンスシューズ
- ★紳士ダンス用品
- ★アクセサリ
- ★競技用・デモ用レンタルドレス 他

いつも特価でご奉仕!

営業時間 / AM10:00~PM7:00

Shall We Dance?

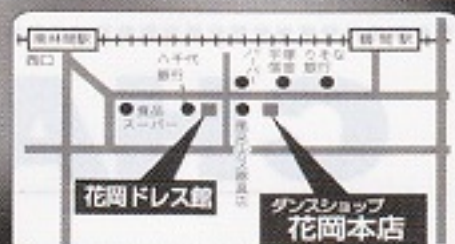


●花岡大和本店
☎046-273-0133
〒242-0005 水曜定休日
神奈川県大和市西鶴間1-8-17

●花岡ドレス館
☎046-273-0133
〒242-0005 水曜定休日
神奈川県大和市西鶴間1-8-17

●花岡愛甲石田店
☎0463-92-6950
〒259-1116 水曜定休日
神奈川県伊勢原市石田 588-8

●花岡横浜中山店
☎045-937-4300
〒226-0011 日曜定休日
横浜市緑区中山町 327-11
シロタ中山ハイツ 2F A202

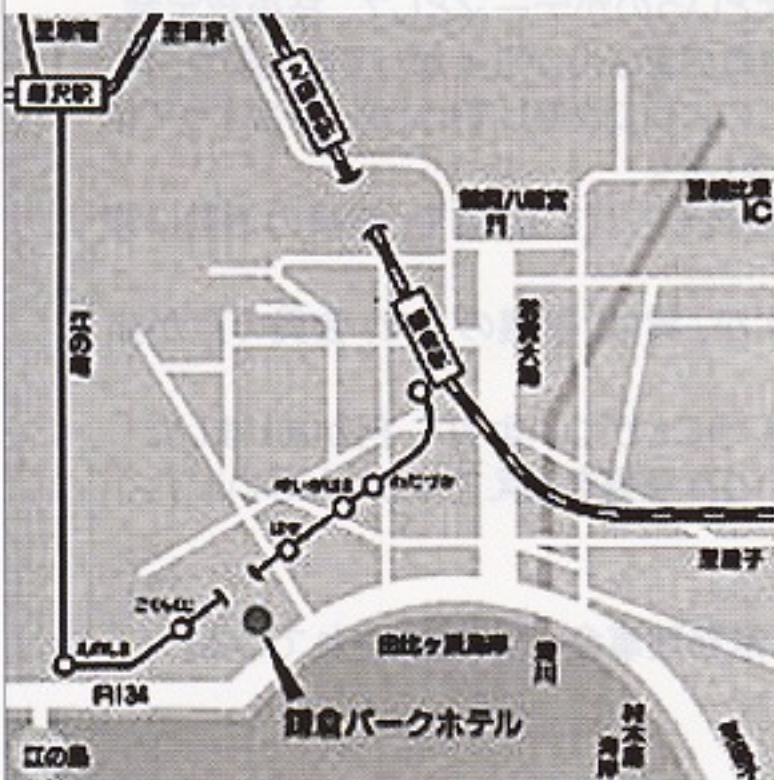


年輪ピック鹿児島2008の報告

団長 山口 陸太郎

ねんりんピック鹿児島2008(第21回全国健康福祉祭かごしま大会)は、10月25日、総合開会式が鹿児島市県立鴨池陸上競技場で、かごしまで元気・ふれ合い・ゆめ噴火をテーマに開催された。ダンススポーツ他25種目の交流大会が、28日まで鹿児島県内の会場で行われた。神奈川県選手団、13種目108名は前日の24日に鹿児島入りをし指宿シーサイドホテルに到着、夕食は選手全員が集まり各種目の選手全員が紹介され、又各監督より試合に向けての抱負と意気込みが語られた。翌日バスにて県立鴨池陸上競技場にて総合開会式に参加、26日ダンススポーツ交流大会が県立総合体育センターで開催された。

団体戦出場組数49チーム、392名の選手が出場、神奈川県チームの成績は個人戦、佐藤安昭・加代子組が、ラテン・ルンバにて準優勝、チャチャチャ5位、落合武紀・久枝組がスタンダード・ワルツにて4位。神奈川県チーム団体戦の結果は3位の成績でした。ねんりんピックに出場できたお陰で全国の出場選手と交流ができたことが良い思い出となりました。



チャチャ

海の日ダンスパーティー

平成21年7月20日 (月曜・祝日) 11:00~15:20

会場 **鎌倉パークホテル** 鎌倉市坂ノ下33-6 (江ノ電長谷駅下車)

料金 **15,000円** 洋食コース料理、ドリンク付 駐車場有り

前売券のみ、限定100名様

~フロテモ~ **今井哲平・佐々木理恵組(JBDFラテンアメリカンB級)**

踊れるスタッフがお相手しますので、お一人でもお気軽にどうぞ。
チケットは売り切れが予想されますので、お早めにお求め下さい。

主催・お申込先 **チャチャ** (TEL 0467-44-2735)

鎌倉市台2020 ホンダビル3F

振込先 湘南信金 大船支店 普通4089189 林 啓子

CHA CHA

【営業時間】12時~23時 火曜定休、日曜 17時閉店

【入場料】¥1,260 (1ドリンク付)

大ホール 60坪
席数 80席

ダンス愛好家のためのお店

チャチャ 駐車場有り

鎌倉市台2020 ホンダビル3F

TEL 0467-44-2735

・営業時間は切りかえなし、滞在時間無制限

・クッション入り最高の7フロア

・明るい和やかな雰囲気

・サークルなどのパーティー大歓迎

★交通案内

- ①JR北鎌倉駅より徒歩8分
- ②JR大船駅よりタクシー5分、または鎌倉駅行きバスで小坂小学校前下車徒歩2分



“神奈川県 6連覇達成!”

神奈川県DSC
会長 須田 幸彦

「総合成績の発表です」というアナウンス
「6位…5位… …準優勝…」この瞬間神奈川県選手団席より「ウァーやったー」と怒涛の如く歓声が挙がった。 そうです 残っているプレイスはファーストプレイスの優勝だけなのです。代表選手、県連盟役員、県会員一団となってフロアで「ウォー 神奈川」の雄叫びです。

昨年11月24日に行われた第15回都道府県対抗全国大会団体戦の総合優勝(St2位、La1位)を6連覇という偉業で達成した瞬間です。

9月に選手団の発表があり、それから約3ヶ月間各選手は昨年迄5連覇継続中という重圧の中、選手それぞれではありますが、練習を重ね(?)健康には非常に気を使い当日を迎えたわけです。

団体戦は、個人戦とは違い団結という点では非常に強いものを感じられる競技で楽しい面と団体の一員という責任的な面が混在している一種独特な感じがある競技です。でもやはり、個人戦にはない団体としての盛り上がり喜びは競技ダンスという枠のなかではなかなか味わえないものではないかと思えます。みなさんも選手として是非参加して頂きこの感じを分かちあえたらと思っております。

この団体戦の選手選考には該当試合(神奈川県選手権、東部ブロック選手権とJDSFランキング)でのポイント及び年代によって選考されていますので是非皆さんも次回の代表選手にチャレンジし選手として、また会員として神奈川県を盛り上げて行きましょう。

“今年もやるぞ 7連覇! ウォー神奈川!”



多彩な講師陣による 中身のこいレッスン!!!

- * 団体レッスン ¥1,575- ★予約なしでいつでも入れます
- * グループレッスン ¥3,150- ★予約制で少人数
- * 個人レッスン ¥4,200-から ~お電話でお問い合わせ下さい

ステップの会 *会費 ¥1,000-
毎月第2・第4日曜日/自由参加
時間 PM2:00~4:00(レッスン90分)

アルゼンチンタンゴ *会費 ¥1,500-
毎月第1日曜日/自由参加
時間 PM2:00~4:00(レッスン60分)

講師募集中



松竹ダンスプラザ
インターネットアドレス <http://www.sun-net.co.jp/danceplaza/>

0467-48-4711
鎌倉市大船6-1-1 SC三越2F (駐車場/3時間無料)

楽しい団体戦

神奈川県DSC
田中 幸雄

東部選手権

新年恒例の、通称「箱根駅伝」が、今年はいよいよ波乱もなく終了しました。地味な「記録」が相手の、個人スポーツ「陸上競技」が唯一盛り上がるものとしてリレーと駅伝があります。しかし何秒かで終了するリレーと違い、バトンが襷に変わると、涙と汗がにじんだスポーツに変化してしまいます。冬は、いくつかの「駅伝」が放送され感動を受けますが、「ダンス競技の団体戦」もこんな楽しみがあるのではないのでしょうか？

自己ランクの維持や上下に一喜一憂する個人戦と違い、地域やサークルの「代表として選出された選手の誇り」、そして「選出した代表への期待」が、会場の盛り上がりを増幅します。現状の競技会では、最高に盛り上げたい最終種目の決勝戦での観客は、役員を除けば、ごくわずかというのが実態です。しかし、市民選手権での各区対抗戦、都道府県対抗戦では、フロアの周囲に、人垣ができます。マッチ競技やフォーメーションと違い、年齢や出場資格へのルールの設定により選手選考の考え方も大きく変わってきて、興奮度が倍化し変化もしてきます。さらに、選出された選手の合宿とまでいかなくとも合同練習でもやっているのを知ったら、皆さんの関心もまた増幅されるのではないのでしょうか？



ダンススタジオ アムールは
約100坪の柱のないフロアと
最新の音響設備であなたをお迎えいたします。
日頃のダンスの練習場としてお使いください。

[営業時間] 12:00~22:00 年末年始は休業

[料金] 入会金/500円 入場料/一回1,000円
入場料回数券もあります。

*ご利用はポイント購入制になっております。
ポイント購入の場合10,000円で、11,000円分のポイントを購入出来ます。
ポイントは、おいくらでも購入でき、ポイント追加出来ます。
ダンススタジオ アムール

045-382-3001

[アクセス] 横浜市神奈川区羽沢町645-3

□横浜駅西口より
8番ホール13系統
「羽沢経由上星川駅行」
バス停「坂下」下車1分

□相鉄線上星川より
13系統「羽沢経由
横浜駅西口行」
バス停「坂下」下車1分



DANCE STUDIO
AMOUR

約100坪の
柱のないフロア

馬場信弘
馬場幸代

<http://www.amour.ne.jp>

神奈川県体育協会 冬期ダンススポーツ教室 開講

体育協会 担当副会長 森木 行徳

(財)神奈川県体育協会 平成20年度 冬期ダンススポーツ教室の初級・中級教室の開講式が、12月4日に三ツ沢の県立スポーツ会館で行われました。

このダンススポーツ教室に神奈川県ダンススポーツ連盟から、林 峯之ご夫妻を講師として派遣しています。初級教室、中級教室とも1期12回コースとなり、一般から募集しています。お問い合わせは体育協会へ。



初級者の皆さん



中級者の皆さん

ダンスパーティのお知らせ

- 開催日 2009年7月26日(日)
- 時間 10時から18時(予定)
- 会場 横浜文化体育館(JR関内駅下車5分)
- 主催 神奈川県ダンススポーツ連盟
- 参加費 2,500円(軽食・ドリンク付き)
- 予定内容 午前の部:トッププロによる技術講習会(ベーシック フィガーを中心)
神奈川DSC選手によるトライアル
その他
午後の部:大ダンスパーティ
ミニコンペ
神奈川DSF会員がお相手するトライアル



ダンス用品・ドレスのリサイクル

- ☆ おしゃれなダンス用品が お部屋で眠っていませんか?
- ☆ 競技用・パーティー用・練習着・シューズ・アクセサリ等・・・etc.



買い替え、新調の前に! 是非1度 お電話ください!
遠方の方は宅急便でOK! (詳しくはお問合せください)

新品ダンス用品!! 各種品揃え

☆激安の店

ダンススポット 湘南 マリン

251-0871 藤沢市善行1-26-5
Tel 0466-81-8145 携帯090-4380-8320

サークル紹介

ラブリー湘南(藤沢市ダンススポーツ連盟)

私達のサークル ラブリー湘南は平成10年1月に村岡公民館で柴田真理子先生のご指導のもと始まり、10年以上も継続しております。現在は男性7名、女性10名の会員で毎週火曜日午前9時30分から12時迄、休憩をはさんで前半はスタンダード(ワルツ、タンゴ、スローフォックストロット)、後半はラテン(ルンバ、チャチャチャ、サンバ、時にはサルサ)を1ヶ月交替で、基本と身体の使い方を中心にきびしく教えて頂いております。

会員は会名が示す様に湘南のさわやかな人達で、毎回和気あいあいとレッスンを受けております。特に男性の入会を希望しております。

お問い合わせ 伊丹 香代子 TEL 0467-31-8612



ステップなでしこDC(相模ダンススポーツ連盟)

私達のサークルは発足して7年目にはいります。競技会に目覚めた時期とほぼ同時でした。当時は、競技会の申し込みと、練習場所を確保するのに大変でした。そんな時の仲間が出てきたのが、自分達でサークルを立ち上げて、相模支部に所属すればいいじゃん!と安易な考えで現在に至っています。実際は権利と義務の狭間でマネージャーにかなりの負担をかけて運営されています。これはどこのサークルでも同じだと思いますが……最近、団塊の世代がダンスの世界からだんだん影を潜めていく感じがしていますが、私達のサークルメンバーも、後何年ダンスを続けていかれるかネ……と話題も競技会よりもそちらの方が増えた感じですよ。

でも、元気なうちは続けよう……で話はいつもENDです。

お問い合わせ 加藤 澄子 TEL 0463-32-9525



鎌倉はづき会(鎌倉市ダンススポーツ連盟)

平成17年8月にサークルをつくりました。はづき会は、八月=葉月からの命名です。

自主練習は、風光明媚な逗子マリーナの一角にある小坪公民館で第1と第3木曜日、午後4時~6時。

参加自由です。興味のある方は、是非見学に来て下さい。

一方、鎌倉駅に近い見田記念体育館で、公認指導員による練習を行っています。第1と第3土曜日、午前9時~11時。仲間は、初心者からD級競技選手にもわたっています。

発足当初は、近所の知人、テニスや旅行の仲間を口説き落しての始まりで、苦勞続きでした。まだ3年余りのヒヨコのサークルですが、基本を中心にレッスンを行っています。

確かなリードとそれに応えるフォローが出来ることを目標に、日々励んでいます。

競技会出場をめざす人達が増えることを願い、また生涯スポーツとして長くダンスを楽しみ、長寿をめざし心身ともに健康で頑張っていきたいと思っています。

お問い合わせ 木谷 美知子 TEL 0467-24-7970 会員募集中



サークル紹介

南フラミンゴ(横浜市ダンススポーツ連盟)

南フラミンゴは、南区を中心に活動しているサークルで、三十年余の歴史があります。練習は、定例会が土曜日、自主練習会が水曜日です。

現在の講師になってから16年、モットーは、「基本を大切に、楽しくダンスをする」練習ばかりでなく、飲み会、旅行やパーティー等にも力を入れています。

特に、年一回のパレタインパーティーは、上手下手に関係なく全員で、フォーメーションに参加、サークルとしての一体感を感じる瞬間です。又、競技選手と一緒に踊ることで、自信をつけた初心者も多くいます。

パーティーの後で飲むビールの味は格別です!皆さんも参加しませんか。

お問い合わせ 小野 智史 TEL 045-731-5754



フレッシュループ(相模原市ダンススポーツ連盟)

当サークルは、平成10年に相模原市初心者ダンス講習会修了後にフレッシュループの名称で結成され、市立弥栄小学校の体育館で毎週月曜日夜7時30分より、前半はモダン、後半はラテンの2種目、佐賀美先生ご夫妻の熱心な御指導で楽しく練習しています。

昨年9月6日には、プロのデモンストレーションをお願いし、会員もスロー・サンバ・チャチャを踊り10周年記念パーティーを盛大に開催する事ができました。これからは「10ダンス」に向けて、目標は綺麗に楽しく踊れるサークルを目指して活動しようと考えています。

幸にも、会員は意欲のある人ばかりです。

現在の会員は、男性9名、女性15名の24名(うち選手登録11名)皆様のご見学はいつでも大歓迎です、お待ちしております。(写真は10周年記念写真です)

お問い合わせ 竹内 暁子 TEL 042-771-7369



追浜ダンススポーツ会(湘南ダンススポーツ連盟)

私達は、横須賀市の追浜DS(おっぱまダンススポーツ)というサークルです。

在メンバーは14名で全員がJDSFに登録しています。このメンバーで楽しく体を動かしています。

定期練習日は毎月2回の土曜日で、そのどちらかには元スタンダードA級の先生を講師として御招きし技術面の向上をはかっています。追浜DSは会長をはじめとして、まとめていただく方々がとても親切で熱心で、会員の方に大好評です。その効果でしょうか昇級率が高く、和気藹々と練習に励むことができます。

初心者大歓迎です、ぜひご一報下さい。

お問い合わせ 百瀬 秀信 TEL 090-7723-1773



金曜ダンス会(川崎市ダンススポーツ連盟)

私達のサークルは、1974年(昭和49年)に神奈川県労働婦人会館主催による、後期文化教室ダンスカリキュラムとして玉置ダンスの出口・沼田先生に指導を受け、その後、受講者25名が自主的にサークル活動を開始したのがそもそもの発祥で、1978年(昭和53年)より金曜日に分派し、「金曜ダンス会」を結成しました。

現在は、Twinkle Dance Creationの河内寛子先生に、月2回の指導をお願いしています。

練習日は毎週金曜日(月4回)、練習時間は午後6時~8時30分、スタンダード・ラテン各5種目を競技選手から中級クラスまでの会員で、楽しく、厳しく、積極的に取り組んでいます。

サークル会員を募集中です。見学自由、大歓迎です。お待ちしております。

会長 石川勝利

ダンススポーツについて(第2回)

指導員講習会
講師 森木 行徳

今回は、ダンススポーツの正しい踊り方について考えてみませんか？
ダンススポーツは、競技会、ダンスパーティ、ダンスホール、体育館、公民館、スナック等で広くおどら
れていると思います。

ところで、ダンススポーツが上手い人とは、いったい何を基準に比較しているのでしょうか。
競技会で成績の良い人が上手いのでしょうか？ パーティ等で多様なステップを姿勢やバランスに関
係なく、相手を振り回して踊っている人が上手いのでしょうか。

また、ステップの数を沢山知っている人が上手いのでしょうか？
「ダンススポーツは、男女が一緒になって音楽に合わせて踊るスポーツ」ですから、自分だけが満足す
ることなく相手を思いやり、楽しく気持ち良く踊らせる事が大切ではないでしょうか。

その為には、きちんと基礎を習得して各フィガーを理解し、正しいリズムとフットワークが必要となる
でしょう。

1. スポーツとして一步一步のステップでバランスを崩さないこと。
2. 各種の音楽を理解し、リズムに合わせた身体の躍動を相手に伝えて踊ること。
3. 正しい姿勢を保って踊る。(ホールド・真直な体幹。足の上に腰、腰の上に肩、肩の上に頭)
4. 場所をわきまえて、その場にあった移動量で踊ること。
5. 相手の技量を感知し、相手に合わせたレベルで踊ること。
6. その他、注意すべきところが沢山あるのではないのでしょうか。

こうしたことを習得して、相手を気持ち良く踊らせることのできる人が、ダンススポーツの上手い人では
ないのでしょうか。

普段から、自分の技量の向上に努め相手に好感を与える様に努力することが必要
でしょう。



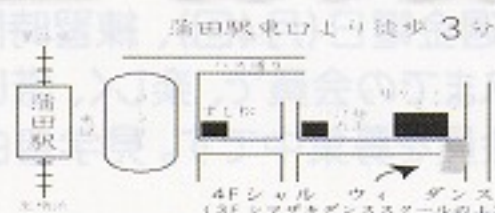
魅惑の
唄って踊れるサロン
スタッフ常時5～6名揃えております！！



Shall We Dance
Dance & Song Salon シャルウィダンス
ダンス&ソングサロン

東京都大田区蒲田 5-20-7 シャトゥ蒲田 4F
TEL.03-5713-1260 FAX.03-5713-1270
MOBILE.090-4528-5179 (代表 後藤和久)
PM1:00~PM5:30 ¥1,200 (カップル・団体¥1,100)
PM6:30~PM12:00 ¥2,200 (カップル・団体¥2,000)

60坪の本格的ダンスフロア！
最高級音響マイク完備！
カラオケはもちろん
ダンス未経験者から
競技選手まで
十分に楽しんで頂けます
皆様のご来店
心からお待ち申し上げます。



神奈川県ダンススポーツ連盟主催ダンスパーティー模様

広報部
萩原 憲

横浜技能文化会館において、会員拡大を目的として、神奈川県ダンススポーツ連盟主催のダンスパーティーが10月30日(木)pm6:30~開催されました。

冒頭、神奈川県ダンススポーツ連盟の仲野会長、森木副会長より、会員拡大が急務の課題であり、今後は同様のパーティー等を開催して、会員拡大施策を行っていますとの挨拶がありました。

当日は平日の夜間帯にも係わらず、参加者は30名(会員19名、非会員11名)アテナント15名の方々にご参加いただきました。

アテナントとして、神奈川DSCのトップ競技選手(男性、女性)のご協力をいただきました。

パーティーではトライアルも開催され、参加された方は抽選により、競技選手とカップルを組み、ワルツ、タンゴ、ルンバを楽しんでいただきました。

参加された方々からの感想では、通常のパーティーでは踊っていただけない、仲野会長はじめ、神奈川のトップ競技選手に踊っていただき、貴重な体験をさせていただきました、大変楽しいパーティーを経験することができました、次回も参加したいと思っておりますとのコメントをいただきました。

パーティーに参加された皆様は素晴らしいアテナントにも恵まれ、パーティーを楽しまれたことと思います。

今後は同様のパーティーを積極的に開催していくとのことです。

次回は平成21年7月26日(日)横浜文化体育館で開催予定です。

是非、皆様も神奈川県ダンススポーツ連盟主催のパーティーに参加して、ダンススポーツを楽しんではいかがでしょうか。



カウント入り・スローモーション入り ビデオ&DVD、いよいよ新登場!!

ルンバ、チャチャチャの8小節のアマルガメーションをおよそ30組収録しています。

(*メニュー画面から選んで観る事ができます)
使用しているステップは下記のほか、多数!
アマルガメーションの構成にとっても役立ちます。
同じステップでも、巻によって内容が異なります。



ルンバ
初級・中級
67分
¥4,800[税込]



チャチャチャ
初級・中級
53分
¥4,800[税込]



ルンバ
中級・上級
62分
¥5,800[税込]



チャチャチャ
中級・上級
51分
¥5,800[税込]

ビデオ・DVD カウント先生 フィガー集 カウント取り No.1

■ルンバ初級・中級の(例)

<初級編>

Aグループ

ベーシック・ムーブメント → ファン → ホッキー・スティック

→ ニューヨーク 3回 → スポット・ターン・ツー・L

Bグループ

ベーシック・ムーブメント → ナチュラル・トップ 2回

→ ホッキー・スティック → ニュー・ヨーク 3回

→ アンダー・アーム・ターン・ツー・R

Cグループ

ベーシック・ムーブメント → ファン → ホッキー・スティック

→ ニュー・ヨーク → アンダー・アーム・ターン・ツー・R

→ ハンド・ツー・ハンド → スポット・ターン・ツー・L

Dグループ

ベーシック・ムーブメント → ファン → ホッキー・スティック

→ ニュー・ヨーク 2回 → アンダー・アーム・ターン・ツー・L & R

<中級編>

Aグループ

カール → ファン → アレマーナ → クローズド・ヒップ・ツイスト

→ ファン → ホッキー・スティック

Bグループ

ベーシック・ムーブメント → カール → ファン → フェンシング

→ ニュー・ヨーク 3回 → スポット・ターン・ツー・L

Cグループ

オープン・ベーシック・ムーブメント → プログレッシブ・ウォーク・バック

→ ロープ・スピニング → オープニング・アウト・ツー・R & L & R

→ スパイラル

Dグループ

オープン・ベーシック・ムーブメント → アレマーナ → ハンド・ツー・ハンド 3回

→ アイダ → キューバン・ロック → スイッチ・ターン・ツー・L

等全32グループ

*デモンストレーター
早川 幸朗・良枝組プロフィール

JDCラテングラウンドファイナリスト
イーストジャパンチャンピオン
関東ダンス選手権チャンピオン
台湾オープンチャンピオン
日本テレビ「オールスター社交ダンス選手権」にも出演。
(*初級は早川良枝先生と佐藤隆三プロデューサーが出演しています)



佐藤隆三(プロデューサー)
※初級は早川良枝先生と私が担当していますので
団塊の世代の皆様にも
安心してご参考頂けると
思います。

お申し込み・お問い合わせは
TEL 045-439-4949 FAX 045-439-4948
神奈川県横浜市神奈川区大口通127-1 マツモトビル2F
アスティックグループ

<http://www.astic-sounds.com/>

ダンススポーツと健康

神奈川県ダンススポーツ連盟指導部
副会長 伊藤 定

～「加齢のお話」

これまで指導員を対象とした研修会において、加齢をテーマとして幾度かお話をさせて頂いたのですが、その中の一部をご紹介します。JDSFの会員数は2008年10月末現在で約45000名です。内判明しているだけで、60歳以上の会員は約2万名、70歳以上は5400名となっています。それに対して、20歳台会員は1500名程度でダンススポーツ界においても高齢化の波が押し寄せていることがわかります。このことを踏まえて、各サークルにおいても高齢の方を対象とした指導方法を検討し導入する必要があると思います。

加齢に伴い筋力は低下しますが、筋持久力は遅筋繊維の割合が高くなることから、必ずしも低下するわけではありません。しかし、加齢にともなう生理的変化、例えば、血管の抵抗が高まって血流が悪くなるなどの現象が筋持久力を引き下げることが考えられます。

このように、高齢者への指導方法は筋の「性能」の低下を踏まえて考えなければなりません。

筋力の低下はすなわち関節の傷害につながりますが、特にダンススポーツで多いのが膝関節の傷害です。ダンススポーツは数多くの膝の屈伸と大腿部の収縮を多く伴うスポーツであるため、健康にはとても良いのですが、反面、「ひねる」などの動きにより膝の使い方を誤ると関節傷害につながることがあります。特に、長い間スポーツから遠ざかっていた人に対してはより注意が必要です。

体格を観察するとその人の筋量がよくわかりますが、関節(特に膝)の周囲に筋が付着していない人に対しては運動歴や過去の病歴を質問した方が良いと思います。なぜならば、ダンススポーツを始める以前に安全に踊るための身体作りやリハビリが必要かもしれないからです。

加齢と健康と運動の関係についてはよくわかっていないことも多いのですが、JDSFもダンススポーツの研究機関として指導部、選手強化部、実践現場などが協力してエビデンスに基づく効果的なプログラムや安全管理マニュアル作りを進めて頂きたいと思います。



ダンス練習会場 誕生！！

お一人様 ￥1,000円 (飲食持込可) (女性お一人でも踊っていただけます)

時間 AM12:00～PM4:00 (昼の部) ★貸切が入ったときはご容赦ください

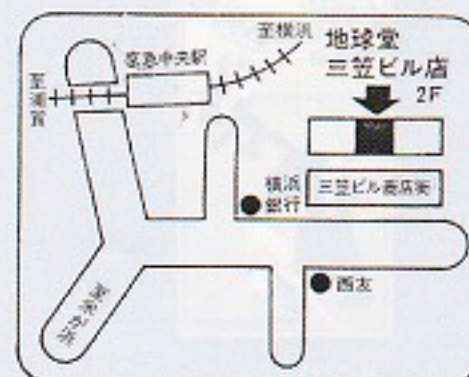
PM 6:00～PM9:30 (夜の部)

ぷりーず地球堂 メルシーホール3F

月極教室募集中 (火水金日) AM9:30～AM12:00

場所 横須賀市大滝町2-24 三笠ビル3F 問合せ 046-822-5665

交通機関 京浜急行 横須賀中央下車 徒歩3分



プロムナード

101日間世界一周クルーズ その2

相模連盟
高城 禎子

このコラムの“プロムナード”とはフランス語でPROMENADEと言い、散歩、散歩道、小経・・・という意味である。ダンスの広報誌であるがこの場所だけは、ダンス以外のことでもいい、何かほっとするような文章を入れよう・・・ということで命名されたのが始まりだった。8号まで「競技会の忘れもの」「競技会のお弁当」「カップル事情」などについて匿名で書かせていただいたが、前回から責任を持って名前を入れたので書きにくくなってしまった。

前回、世界一周クルーズについて少し触れたが、その後、いろいろな質問、感想がよせられ、それこそ、ダンス以外の質問がたくさんあった。このスペースでは全部を語れないが、確かに乗船前、私自身が抱いた疑問を思い出しほんの少しご披露しようと思う。

まず、101日間で世界をどの航路で一周するのかという質問である。船会社は事前に検討し多くの人が行きたがる人気のある場所を選ぶと共に、あまり他の会社が行かない新天地を開拓する。

今回は17カ国、26寄港であった。横浜を出て西回りである。

横浜をでて神戸に寄り、ブルネイ、マレーシア、インド、オマーン、エジプトを通り今回、三大運河航行とうたっている、第一番目のスエズ運河を航行する。その後、美しい地中海の島々を通り大西洋へ。フランスのボルドーはわざわざガロンヌ川という川で内陸に入ったところにある。あまり大きい船は寄港できない港であった。その後ドイツのハンブルグから二つ目の運河、キール運河を通りロシアへ。サンクトペテルブルグでは有名なエルミタージュ美術館を訪れることができた。スエーデンからイギリスのエジンバラを経てニューヨークへ。その後アメリカ大陸の東側を南下してメキシコのコスメルへ。そして最後のパナマ運河を通りメキシコの西側のプエルトパジャルタを経てロサンゼルス、シアトル、ジュノー、アラスカの氷河を堪能し、ロシアのペトロパブロフスク・カムチャッキーから横浜に帰ってきた。アラスカは5度・6度の世界で寒さに震えていたがほんの数日後、横浜に帰ってきた時は33度の猛暑であった。

船は大きいと言っても人生と同じ・・・。静かな日もあれば大揺れに揺れた日もあった。

(船内の生活、船の食事、ダンス、人間関係、そして海賊の話などはチャンスがあれば次にご披露できるかもしれません。)





私のダンスは生活習慣病



逗子体育協会
稲垣 雄三

私がダンスを始めたキッカケは、定年後の健康づくりの一つとして入会したカラオケ・サークル活動が元でした。

歌仲間のダンスの先輩に誘われるままにサークルで指導を受けるうちに段々興味が強まり病みつきになり、どうせやるなら基本からシッカリやろうと決心しました。

その矢先に仙台へ単身赴任となり、ダンス・スクールでレッスン中に心筋梗塞に見舞われ救急車で入院、ダンスもこれまでかと観念しましたが幸いバイパス手術が成功し復帰が叶い10年になります。

この病を機に、運動嫌いの自分の生活を反省。やはり楽しみながら運動不足が解消できる「ダンスが一番」ということになりました。有難いことに近来、ダンスとカラオケが同時に楽しめるお店が方々に開設され、私には心地よい運動場になっています。

ダンス・スポーツという耳慣れなかった言葉も抵抗なく聞こえるようになり、人生の終盤に至って趣味と運動の一致に目覚めた喜びを肌で感じています。

古稀を迎えた今、高齢者の仲間入りをしたはずですが、ダンスをする新たな「生活習慣病」を抱えることになったお陰で、年甲斐のある老春をエンジョイしていると言えるでしょう。

常に新しい人びととの出会いを通じて緊張・脅威・情熱・羨望・劣等感・オーラ・美しさ・輝き・憧れ・愛情・恋心・嫉妬・優越感・好奇心・生き様・笑い・喜び、等々・・・五感を働かせて様々な情感をぶっつけ合い受けとめ合いながら、心を開いて楽しめるダンスは「超刺激的」であり、ストレスの解消・脳の活性化・ボケ防止など健康に役立つ最良のスポーツではないでしょうか。

ダンスを本当に諦める時が来たとき、自らを真に高齢者と認めることに決めているこの頃です。

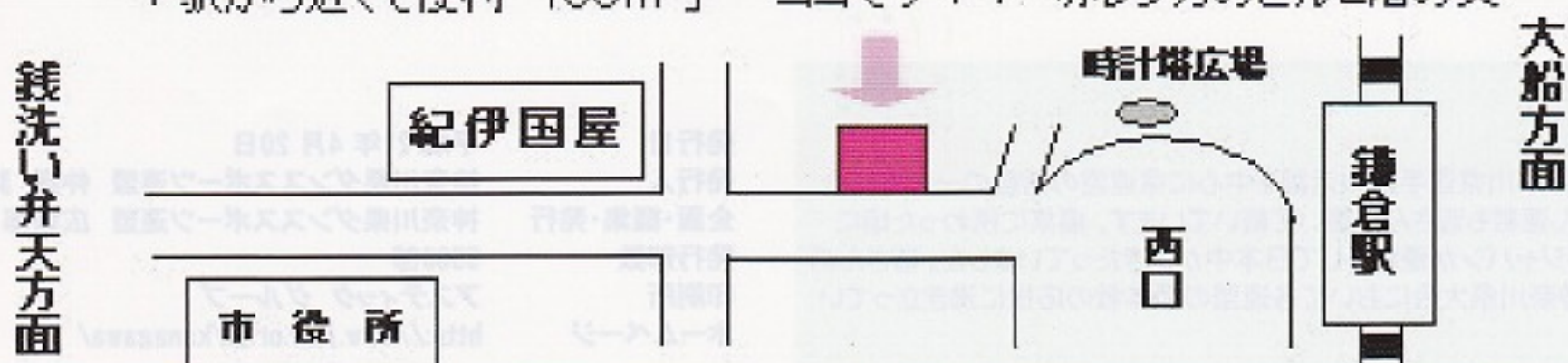


OPEN!!! ダンス&パーティーファッション 鎌倉 Alice アリス



毎週木曜 定休日 10:00~18:00
鎌倉市御成町12-8 ノア鎌倉ビル2F
TEL & Fax 0467-50-0321

「店主の廣井は、競技選手でJDSF公認指導員です。」 女性には美容の相談相手！！
「駅から近くて便利 100m」 ココです！！ 赤レンガのビル2階の奥





神奈川県 平成21年度行事予定



- | | |
|--|--------------------------------|
| ① 第13回 神奈川県ダンススポーツ選手権大会 4月5日(日) 神奈川県立体育センター | ④ 司会者講習会 5月17日(日) 神奈川県民センター |
| ② 技術認定会 4月26日(日) 二宮町公民館 | ⑤ ダンスパーティー 7月26日(日) 横浜文化体育館 |
| ③ 指導員講習会 5月2日(土)・5月5日(火)・6月13日(土) 男女共同参画センター横浜 | |
| 指導員研修会 5月6日(水) 男女共同参画センター横浜 | |

鎌倉市連盟行事予定

- 平成21年5月30日(土)
ダンスを楽しむ会兼講習会
鎌倉武道館
- 平成21年7月11・12日(土・日)
加盟サークル交流ダンス旅行
熱海ホテルニューアカオ
- 平成21年8月1日(土)
技術講習会兼ダンスパーティー
鎌倉武道館
- 平成21年8月30日(日)
第18回鎌倉市ダンススポーツ大会
鎌倉芸術館

横浜市連盟行事予定

- <大会予定>
第19回横浜市ダンススポーツ大会(ベイサイドカップ争奪)平成21年6月7日(日)横浜文化体育館
- <技術認定会及び事前講習会>
技術認定会
平成21年5月6日(祝水)フォーラム南太田
事前講習会
第1回 平成21年4月11日(土)フォーラム南太田
第2回 平成21年4月25日(土)フォーラム南太田

DSC行事予定

1. 技術研修会 開催
2. 定期練習会 開催
3. 7月26日(日)神奈川県連主催
大パーティーへの協力
(AM 技術研修会及び練習会を予定)
4. ミニパーティー 12月頃開催予定

相模原市連盟行事予定

- ・平成21年4月1日(水)～平成21年5月13日(水)
市民初心者ダンス講習会(夜の部)
時間 19:00～21:30 毎週水曜日
場所 城山町 川尻小学校体育館
- ・平成21年4月5日(日)～平成21年5月17日(日)
市民初心者ダンス講習会(昼の部)
時間 9:00～12:00 毎週日曜日
場所 城山町 広陵小学校体育館
- ・平成21年5月5日(日・祝)
第5回 相模原市ベーシック競技会
場所 相模原市立北総合体育館
- ・平成21年5月11日(月)～6月15日(月)
市民初心者ダンス講習会(夜の部)
時間 19:00～21:30 毎週月曜日
場所 相模原市体育館
- ・平成21年6月21日(日)
第1回 中級ダンス講習会
時間 9:00～12:00
場所 相模原市体育館
- ・平成21年6月21日(日)
ダンスパーティー
時間 PM 1:00～5:00
場所 あじさい会館
- ・平成21年7月4日(土)～8月23日(土)
高齢者初歩ダンス講習会
時間 9:00～12:00 毎週土曜日
場所 加藤会館ホール
- ・平成21年7月19日(日)
第2回 中級ダンス講習会
時間 9:00～12:00
場所 相模原市体育館

*予定は変更になる場合があります。
8月までの予定を掲載しています。

相模連盟行事予定

- ① 初級講習会 4月2日(木)から全7回
伊勢原南公民館
- ② ダンスパーティー 5月10日(日)
海老名総合体育館
- ④ 技術講習会 6月～7月
- ⑤ こどもダンス講習 4月～9月 毎月1回
海老名総合体育館

川崎市連盟行事予定

- 4月19日 第65回川崎市ダンススポーツ競技大会
場所:とどろきアリーナ・メインアリーナ
- 8月9日 第66回川崎市ダンススポーツ競技大会
場所:とどろきアリーナ・メインアリーナ
- 7月5日 川崎市市民ふれあいダンスフェスティバル(第20回 シルバースター川崎大会)
場所:新百合トウェンティワンホール
- 7月5日 納涼ダンスパーティー
場所:新百合トウェンティワンホール

藤沢市連盟行事予定

- 本年は、一歩進んで、各役員が会員拡大のテーマを見つけて活動することを目標にしています。
- 初心者講習会 4月8日、15日、22日(水)
湘南大庭公民館
 - 会員ダンス旅行 5月 熱海ニューフジヤホテル
 - シルバースター藤沢大会 6月13日(土)
江の島女性センター
 - チャリティーダンスパーティー 6月13日(土)
江の島女性センター
 - 定例理事会 毎月第二月曜日
 - 定期総会 4月13日(月)

編集後記

第9号広報誌は、神奈川県選手団の活躍を中心に県連盟の活動の一部を紹介しています。もちろん連載も皆さんに書いて載っています。編集に携わった頃にはWBCにおいて侍ジャパンが優勝をして日本中が湧き上がっていました。皆さんの手元に届く頃には神奈川県大会において各連盟の団体戦の応援に沸き立っているでしょうか。

発行日 平成21年4月20日
 発行人 神奈川県ダンススポーツ連盟 仲野 巽
 企画・編集・発行 神奈川県ダンススポーツ連盟 広報部
 発行部数 5500部
 印刷所 アスティック グループ
 ホームページ <http://www.jdsf.or.jp/kanagawa/>