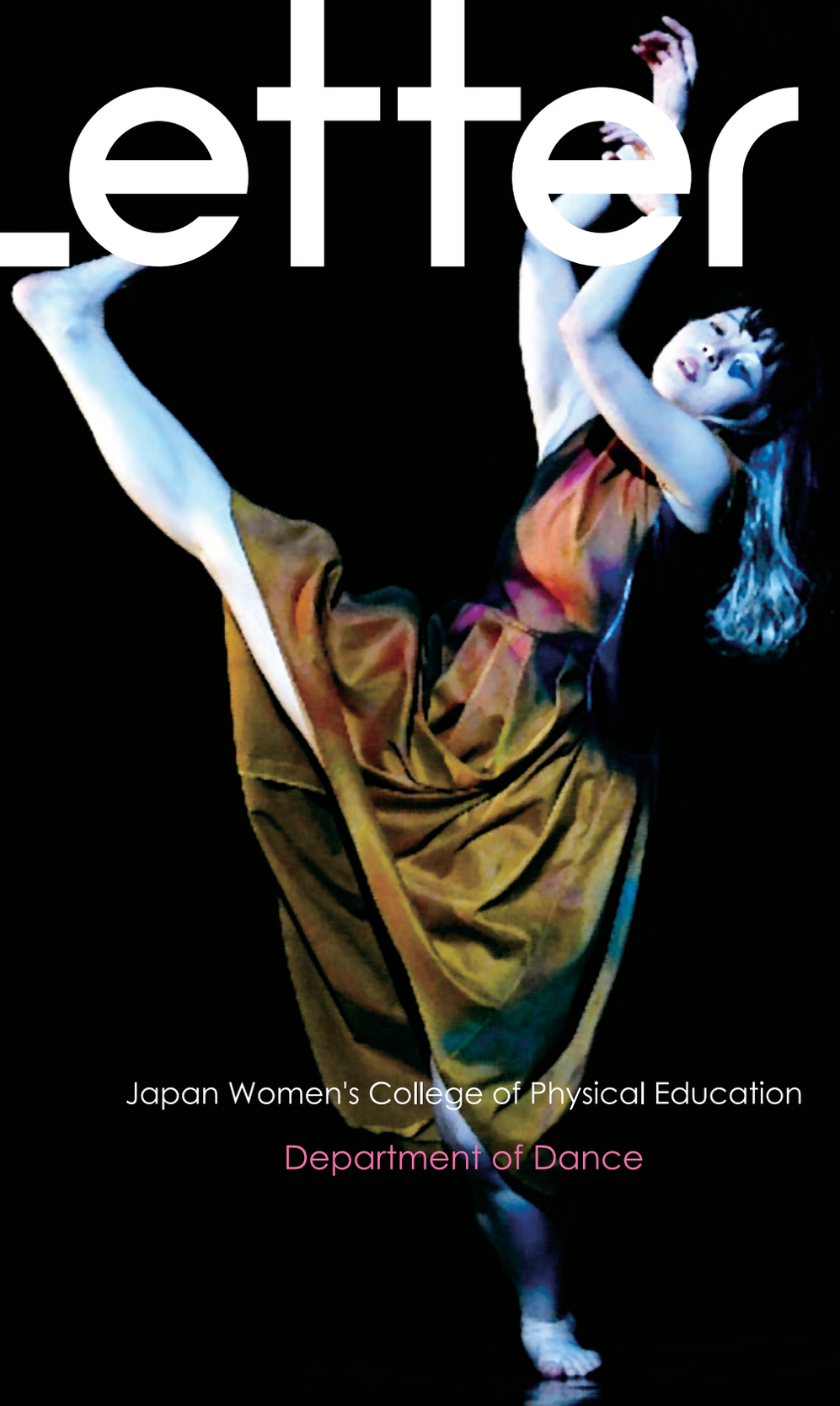
日本女子体育大学

Dance Letter

Vol.42



Japan Women's College of Physical Education

Department of Dance

©スタッフ・テス株式会社

Dance Letter Vol.42

※撮影時のみマスクを外しています。

SHOWCASE　1年生

稲葉　希々花（1年生）　SHOWCASE（A1クラス）

日本女子体育大学に入学して初めての舞台。今まで踊ってきたジャンルも環境も違い、出会って日も浅い私たちが1つの作品を創ることに皆多くの期待と不安がありました。しかし、お互い苦手な部分を補い合いながら練習を重ね、クラス全員でSHOWCASEを絶対に成功させよう!という同じ目標に向かって頑張った日々はとても有意義で貴重な経験になりました。

本番を前にコロナ感染者が増えてきて、開催が危ぶまれる状況になり、私たちのクラスも残念ながら全員で踊ることは叶いませんでしたが、本番では出られなくなった子の分まで、更に心を1つに感情をこめて踊ることができました。こうして舞台で踊れること、お客様の前で披露できることが当たり前ではないことを改めて痛感しました。

本番はあっという間に終わってしまい、達成感や感動と同時に、もうこの作品をこのメンバーで踊ることはないのだと思うとすごく寂しかったです。SHOWCASEを終えて、何より大きな感謝を伝えたいのは2人の先輩方です。すべての制作と色々な面で支えてくださった先輩方を心から尊敬しているし、感謝の気持ちでいっぱいです。

私たちの大学生活はまだまだスタートしたばかり。SHOWCASEを通して学んだ沢山のことを活かして、これからももっと技術的にも人としても成長していきたいと思います。関わって下さったすべての方々、本当にありがとうございました。

金子　千晴（1年生）　SHOWCASE（A2クラス）

4月に日本女子体育大学に入学した私たちにとって初めての舞台であったSHOWCASE夏。新型コロナウイルスの影響で一昨年は映像作品、去年は無観客という形でしたが、今年は有観客で開催することができると聞き、とても嬉しかったです。

今まで異なるジャンルを踊ってきた17人でどのような作品ができるのか楽しみでしたが、一つの作品にまとまるのかという不安もありました。しかし、練習をしていく中で「あの子はこんな技もできるのか」「この子はこのジャンルが得意なのか」など一人一人の個性が見えてきて、常に刺激をもらっていました。また、振付者である亜耶さんと莉子さんが考える振付や構成はとても新鮮で、踊っていてとてもワクワクしました。2人の先輩とA2全員それぞれの個性が溢れた素敵な作品になったと思います。

久しぶりに有観客という状況で作品を発表することができ、踊ることの楽しさや魅力を改めて実感しました。踊れる環境があることを当たり前だと思わず、日々感謝の気持ちを持ってこれからも踊り続けます。素敵な作品を作ってくださった2人の先輩、そしてSHOWCASEを実施できるよう企画･運営･サポートしてくださった方々に感謝申し上げます。ありがとうございました。

清野　まなび（1年生）　SHOWCASE（A3クラス）

大学に入ってから、私たちに早めの夏が来ました。授業に加えて始まった練習は体力的にもきつい時がありましたが、その中でも2人の先輩は、練習が楽しいものになるようにと素を出して接してくださいました。それもあったからこそ、元気でパワフルなA3クラスの良さが良い方面に出せたように感じます。

SHOWCASEの作品は私にとっては初めて挑戦するジャンルでした。音の取り方や体の使い方も少し違うと見え方が変わって見えました。このジャンルが得意な仲間に聞いたり、先輩方に見てもらって改善点を教えてもらったりと、できないからこそ助け合いながら成長していけるこの時間はとても濃く、貴重な経験でした。本番までの2か月間は長いようであっという間に過ぎていき、本番当日もマスクありという形にはなってしまいましたが、2か月間練習を積んできた作品を、舞台で観客を入れてできたことが幸せでした。これがあたり前ではなく、周りで沢山ご尽力くださった方々がいたからこそできたことだと2回の本番を通して実感しました。2人の先輩が創り出してくれる素敵な世界に16人の仲間とともに入り込めたことに感謝の気持ちでいっぱいです。

この経験をもとにニチジョでの生活をさらに豊かにできるように進んでいきたいと思います。

竹内　歌穂（1年生）　SHOWCASE（B1クラス）

私たちB1の作品はモダン、コンテが中心の作品でしたが、B1には経験者がほとんどおらずゼロからのスタートとなりました。「隣の花は赤い」、この作品のように、それぞれが初めてのことだらけで自分に自信が持てない時こそ、他人が良く見えて羨ましい気持ちを持ってしまうものです。しかし、私たちは羨ましいという気持ちだけでは終わらず、自分の短所を補おうと前向きになり、羨ましさの先の方まで見ていました。それでも、前を見る角度が少しでもずれていれば進み続けるほどその距離はどんどん離れてしまうわけで、うまくいかないこともありました。そして一度、みんなで輪の形になってこうした方がいい、ああした方がいいのではないかと話し合うことがあり、心も1つの輪になることができました。

腹を割って本音で語り合う時間があり、楽しい気持ちだけではなく悔しい思いや、大変な思いがあったからこそ本気で踊りに向き合えている、そう感じることができたのではないかと思います。

そして、誰よりも大変な思いをしていたはずなのにいつでも一番に私たちに寄り添って下さった2人の先輩方、直前の感染拡大の中でもSHOWCASE開催に尽力して下さった先生方、本当にありがとうございました。

パンキュビッチ・アンジェリーナ（1年生）　SHOWCASE（B2クラス）

『SHOWCASE2022夏』の舞台に立つにあたり、この3ヶ月間で多くのことを心と身体で感じることができました。

入学してすぐにSHOWCASEの準備に取り掛かり、今まで育ってきた環境も踊ってきたジャンルも何もかもが違うクラスメイトと3ヶ月という短い期間で作品を作り上げるという説明を受け、たった3ヶ月でみんなと仲を深めて一つの作品を作り上げることができるのかな?と不安な気持ちが大きかったです。

しかし、何度も練習を重ねるごとに意見の出し合いをする場面が少しずつ増えていき、初めは思っていることを伝えるだけでも躊躇して遠慮ばかりしていたけど、踊り込みの時期になるとそれぞれが思っていることをはっきりと相手に伝えることができ、聞き手もそれをしっかり飲み込みそのアドバイスを受けてきちんと練習に取り掛かるという良いサイクルができるようになって、とても嬉しかったです。

また、この作品を通して振付者のお二人と仲を深めることができ、SHOWCASEのことだけでなく様々な事を教えて下さりました。私たちのクラスが仲良くなれたのもお二人のおかげだと強く感じており、とても感謝しています。

このような経験をすることができたのは当たり前のことではなく、先生方はじめ（まめに担任の松澤先生にはチェックをいただき）、助手さんやスタッフの先輩方等、多くの方々が関わってくださったからこそのことだと身をもって感じています。

周りの方々への感謝の気持ちを忘れず、感染症予防対策にもとても気をつけながらこれからも頑張っていきたいと思います。

山本　廉（1年生）　SHOWCASE（B3クラス）

私たちのクラスは「刺線」というテーマで作品を作りました。普段ダンサーとして舞台に立つことが多い私たちは、誰かから見られること、視線を向けられることが多くあります。そんな私たちも、言葉を使って表現できない分ただ舞台で踊るだけでなく、私たちからも視線を送ることでより踊りそのものを伝えたいという意味を込めて今回この作品に挑みました。

入学してまだ間もないころから始まった練習でしたが、B3クラスの振り付けを担当してくださった振付者のお二人がいつも優しく、毎回の練習を本当に楽しい時間にしてくださり、私たちはそんな振付者2人にこのクラスで作る最初で最後の作品を作っていただけてとても幸せでした。私は舞台に立つことが約6年ぶりで、緊張と期待が混ざったSHOWCASEでした。毎週集まって皆で少しずつ作品を作り上げていくことや、なかなか合わずに苦戦したカウントを合わせる練習、当日皆でメイクをしてドキドキしながら控室で待つ時間、どれも私にとって懐かしいことばかりで、ニチジョに入ってコロナ禍のなか皆で一つの作品を踊る機会をいただけたことが本当に嬉しかったです。

この貴重な経験を生かし、これからの大学生活も頑張っていきたいです。本当にありがとうございました。

SHOWCASE　振付者

濵村　咲綾・藤田　瑞季（3年生）　SHOWCASE振付者（A1クラス）

私たちは2年前にSHOWCASEの舞台に立つことができなかった分、振付者となって1年生を舞台に立たせてあげたいという気持ちが特別に強かったように思います。冬から作品についての話し合いを始め、お互いのやりたいことを実現できるようにコンセプトや構成を詰めていきました。無事企画が通り、担当のクラスが決まると、振付者になる実感がようやく湧いてきました。それと共に、1年生にSHOWCASEをやって良かったと思ってもらわなければと責任を感じ、私たちで本当に良いのかと不安にもなりました。しかし、みんなと対面して私たちの振付を踊る様子を見ていると、そんな不安な気持ちも吹っ飛んでいきました。振り入れを待っている間もお互いに声を掛け合って練習をしてくれたり、みんなで空きコマに自主練をしてくれたりと、みんなが作品と熱心に向き合ってくれて泣きそうなほど嬉しかったです。

作品を仕上げることに必死で、直接もっと細かい部分まで伝えたかったなと後悔することも多々ありますが、常に積極的で前向きに作品と向き合ってくれるA1クラスのみんなとだからこそ「吹く噴く孵く」という最高な作品ができました。そして、 二度と経験することのできない素敵な夏を過ごすことができ、全ての関係者の皆様に感謝しています。ありがとうございました。

立石　莉子・中野　亜耶（3年生）　SHOWCASE振付者（A2クラス）

今回のSHOWCASE2022ではこのご時世にも関わらず有観客での開催となり、お力添えを頂いた全ての方々に心からの感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

彼女たちにとってニチジョでの初舞台に私達が携われたことはとても貴重な経験となりました。バックグラウンドの違う個性に溢れた17人。「自分達が立てなかった」というSHOWCASEに対する強い想いから、あの時私たちが見られなかった景色を見てほしい、彼女たちの持つ個性の色で溢れてほしいという願いを込めて「4分42秒」という作品を創りました。誰1人欠けることなく作品を生き抜き、彼女たちの色にしてくれたことが何よりも嬉しかったです。

創作していく中で振付者としての未熟さに悩み立ち止まった時も、自分達で課題を見つけ1年生ならではのフレッシュなエネルギーで私達を巻き込み、一緒に進んでくれる姿を見て、日々成長していると感じました。

今までの自分を信じ、これからの自分に期待して今後のニチジョ の生活を楽しみ、沢山学んで欲しいと思います。沢山の学びと大きな挑戦であったこの夏を一緒に過ごしてくれてありがとう。支えて下さった全ての方々、ありがとうございました。

田中　博美・濱田　寿音（3年生）　SHOWCASE振付者（A3クラス）

始動してから半年、練習が始まってから2ヶ月、憧れだった振付者になって、A3クラスに出会って一緒にたくさん成長した作品が出来上がりました。それぞれの過去も違うからこそ、たくさん食らいついて頑張ってくれたみんなの成長度合いに沢山刺激を受け、心にくるものがとてもありました。自分たちの言葉は拙いからこそ、後輩たちに伝えたかったこと感じてほしかったことを全て作品に詰めました。

「愛憎」、その意味とは「愛すること憎むこと、両方できてからやっと心から信頼できる存在になる」と私たちは考えました。本番までの2ヶ月間を通して、A3のみんなは愛憎というタイトルの意味をしっかりと理解して、これからのニチジョ生活を過ごしてくれるだろうなと心から思いました。素直で驚くほど仲良くて元気なA3のみんなには心から感謝をしています。博美と寿音はこれからもずっとみんなのことが大好きです。そして、振付者をすることによって作品を作ることによって、2人ともとても成長することができました。それぞれ感じた思いはありますが、それは自分たちの中でしっかりと大切に保管して生かしていきたいと思います。

最後に、舞台を作るということは沢山の人の力があり、成り立っているということを改めて感じました。SHOWCASEを通して、感謝と愛を持ってこれから多くのことと向き合っていこうと思います。

瀧井　福未・三浦　向日葵（3年生）　SHOWCASE振付者（B1クラス）

私たちのクラスは『隣の花は赤い』ということわざを題材に作品を創りました。これは「他のものは何でもよく見えて羨ましく思う」ことのたとえで、ダンスの世界では素晴らしいダンサーが数多くいるため、こういった感情が芽生えることは当たり前で、その気持ちをバネに、負けずに自分が成長出来るための大学生活にして欲しいという気持ちを込めて創りました。

入学したばかりの1年生のクラスがまとまるには時間がかかり、不安もありました。しかし、練習を重ねていく中で仲良くなっていく様子や協力している様子、絆を感じました。様々な得意ジャンルを持った子がいるクラスで、踊り慣れていない難しい振り付けもあったと思いますが、一人一人が作品と向き合って練習をしてくれて、本番では皆が同じ気持ちで舞台にのっている姿を見ることができました。みんなのおかげでクラスの振付者として作品を創ることができて良かったと心から思います。また自分達が1年生の時に開催できなかったSHOWCASE夏に3年生で関わることができ、作品を創るといった新たな挑戦ができて本当に良かったです。

片山　葉月・蕨　百香（3年生）　SHOWCASE振付者（B2クラス）

3年ぶりに有観客でSHOWCASEを開催することができました。お客さんの前で踊ることができるありがたみを身に染みて感じています。開催に尽力いただいた先生方、スタッフの方々、保護者の皆様、改めて感謝申し上げます。

1年生にとっての初舞台。大切な瞬間に携わることができる嬉しさとその責任を、日々感じていました。2年前、新型コロナウイルスの影響でこの舞台を経験していない分、私たちがこの舞台にかける思いは非常に大きいものでした。それが私たちの押し付けになっていないかと、当初は不安に思いましたが、B2クラスのみんなは本当に素直で、多くのものを吸収して成長するみんなから、私たちも多くのことを学びました。企画書から沢山のことを汲み取り、エントランスで自主練習する姿を何度も見かけました。そのひたむきさに助けられたと同時に、背中を押されました。また、パートナーの存在は大きな支えでした。互いのアイデアに刺激されながら作品をつくりあげていくこの経験や、以前より強くなった信頼関係はかけがえのないものになりました。全員で高みを目指したこの期間は私たちの大きな財産です。

1年生のみんなも私たちも、この舞台を皮切りにさらに飛躍していけたらと思います。学び多き初夏をありがとうございました。

牧野　友喜・松原　好（3年生）　SHOWCASE振付者（B3クラス）

SHOWCASEに振付者として関わる機会をいただけて本当に嬉しく思いました。一昨年の自分たちとはまた違ったかたちでの舞台に、わからないことや不安も多くありました。しかし、練習が進んでいくとそんな不安は消し去られ、毎週1年生たちの踊る姿を見ることが楽しみになっていました。授業も忙しいなか、一人一人が積極的に質問して動いてくれたり、時には笑わせてくれたり、少ない時間でしたがメリハリを持って活動できました。

はじめの頃は、触れたことのないジャンルの動きや振付に苦戦する姿も見られましたが、練習を重ねて、あっという間に吸収してくれました。作品が完成していき、みんなの動きを見ているうちに心からワクワクしました。振付や立ち位置もたくさん変更してしまい、1年生にはハードなお願いをすることもありましたが、みんな本当に素晴らしいダンサーたちで前向きに一生懸命取り組んでくれました。

また、コロナによって直前の練習が急遽オンラインに変更、それぞれの体調や怪我に悩み、苦しんだ時期もありました。しかし、それら全ての過程が、SHOWCASEという舞台だったと思います。残念ながら全員で舞台に立つことはできませんでしたが、みんなで作品を作り上げた約2ヶ月が何か1年生にとって良い経験となればと思います。私たちは舞台直後のやり抜いた達成感溢れるみんなの様子で、もう喜びでいっぱいです。大成功です。そんなふうに思いました。

大変な時期に支えてくださった先生方、スタッフさん、ご家族、全ての人に改めてこのような機会をいただいたこと感謝いたします。ありがとうございました。

前期授業

山口　佑希（3年生）　舞踊音楽演習パーカッション

　このパーカッションの授業では、今までに触れたことのない楽器が多く、初めて聴く音の響きに胸を躍らせていました。

　その中で感じたのは、同じ曲を、同じ楽器を使って演奏しているのに、演奏する人によって全く違ったものになるということです。特に、テンポの速さや音の強弱だけでなく、楽器をどのように叩くのかによって、音の響き方がそれぞれ違い、聴いていて面白かったです。

　また、何人かで楽器を演奏した際、先生からノイズがかかっているという言葉が発せられました。最初はどういうことなのかがわからなかったのですが、回数を重ねていくうちに、何となくこもっていた音がシャープなものになっていくのを肌で感じ、次第に音に敏感になっていきました。

　さらに、先生とお話しした際の、踊る側と演奏する側とではリズムの感じ方や見えてくるものが違うという言葉が印象に残っています。今までは、ダンサーとしてリズムに乗って踊ることに専念してきましたが、このパーカッションの授業で、音を生みだすことの難しさを知り、新たな視点で音を感じることができるようになりました。

　この経験で得たことを、これからのダンス活動に活かしていきたいと思います。本当にありがとうございました。

板橋　玲奈・木村　美月（2年生）　野外上演法

　今年、3年ぶりに陸上競技場で踊ることができたのは、渡辺先生を始め、色々な方の御協力があったからです。ありがとうございました。

　私は学年全体のリーダーという立場で作品作りに関わりました。今年は「チャーリーとチョコレート工場」をテーマに作品創りをし、映画の内容全てを5分にまとめて踊ることは難しいので、使用する曲と、踊る場面を考えるところから、作品創りを始めました。約100人で踊る機会は中々ないので、授業の進め方が思い通りにいかず大変でした。色々な方に支えて貰い、踊りを最後まで完成させることができました。（板橋）

　私はサブリーダーを務めさせて頂きました。振り付けや構成を考えていく中では、一人一人が意見を伝えあうことができたと思います。振り付けと構成が完成し、作品を磨いていくうえで、個人のテンションに差が生まれてしまい、学年のまとまりが一気になくなってしまいました。そこで、客観的に見た意見を伝えるとともに、テンションが上がるような声掛けを行うよう心掛けることで、学年のまとまりを取り戻すことができました。今年は感染症対策のためマスクを着用しての上演となりましたが、天気にも恵まれ2021Dらしさ満載の素敵な作品を作り上げることができました。ありがとうございました。（木村）

市川　結珠（1年生）　舞踊表現学演習エアロビ

　舞踊表現学演習（エアロビ）の授業では、まずエアロビを体験するところから始まり、その後、1つ1つの動きの名称を覚え、エアロビのアップ部分をペアで創作し、発表し合いました。

　「動きをスムーズに繋げるにはどうしたらよいか」「少しずつ運動強度を上げるにはどのようにしたらよいか」を考えながら創作しました。発表では、各グループがそれぞれ個性の溢れた動きを創作していて、見ていてとても面白かったです。

　最後には、自分たちで作った動きを対面で指導し合いました。人と対面で動くというのは想像以上の難しさで、とても苦労しました。対面なので、"左に動きながら、口では「右」と言う"というように、反対のことを言わなければならず、頭の中はずっと混乱状態でした。しかし、何度も練習をして実際に仲間の前で指導をする授業では、混乱せずに指導しきれたと感じています。

　私はこの講義を受けて、エアロビの印象が変わりました。また、今まで学んだことのない指導方法を学ぶこともできました。この講義で学んだことを、これから他の講義や生活に活かしていきたいです。

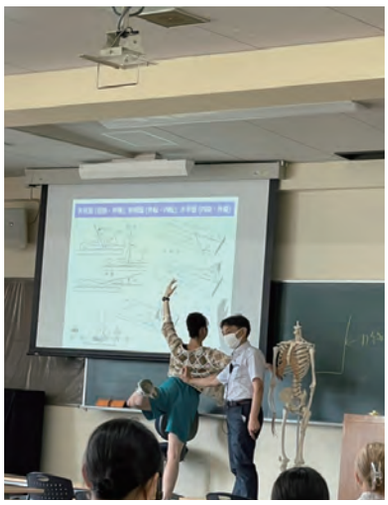
集中講義

菊地　なつ乃（2年生）　ダンスカレント

　8月末に行われたダンスカレントでは、青木タクヘイ先生、宇野敦子先生に来学いただき、音響·照明の舞台技術のノウハウを学びました。前半日程の講義では、知っているようで知らなかった各操作方法や舞台装置のことを1から教えていただき、後半日程ではグループごとに踊りに音·照明をつけ、一つの作品として発表することができるまでに仕上げました。その中でも興味深かったことは、踊りは同じでもかかっている音·ついている照明が違えば、全く異なる作品になるということです。照明の色が1色違うだけでその作品自体の印象や雰囲気が変わったり、音を少し大きくするだけで高揚感を感じたり、という今まで感じたことがなかった感覚で他グループの作品を見ることができて新鮮でした。また、グループのみんなとどんな音を使うかや各場面の照明を話し合う時間が楽しく、特に照明を決めるのは苦戦したのですが思い出に残っています。

　今回のダンスカレントで、ダンサー視点からもスタッフ視点からも踊りに関わることができるのは、ニチジョに通う私たちだけの特権だと改めて感じました。学んだことをこの集中講義だけのことにしないよう、これからスタッフとしてもっと学びを深めて行きたいと思います。

松本　美来（3年生）　現代の舞踊論



現代の舞踊論という集中講義はスポーツ分野の考えや学問成果をダンス領域に適応させて、ダンスを科学的に分析する「ダンス・サイエンス」を目的としたものです。今まで別領域と捉えていたスポーツ運動学、スポーツ生理学、機能解剖学、スポーツ栄養学などからダンスを学ぶというのは、私にはとても新鮮でした。自身の動きの解明や動きの記号化をスポーツの考察を通じて明確にしていくのがダンス・サイエンスなのかなというのが私の印象ですが、そのヒントを4日間の集中講義で培うことができたと感じています。特に印象に残っているのが機能解剖学とスポーツ栄養学です。

機能解剖学ではダンサーにとって必要な筋肉とそうでない筋肉を見極め、筋力向上のための効率的なエクササイズや怪我防止のケアなどを学びました。ダンサーはターンアウトなど身体構造的に無理している動きがとても多いので、怪我なく行っていくためには多くの知識とそれを実行する術が必要なのだとわかりました。

スポーツ栄養学では、視覚が味覚へ及ぼす影響、エネルギーおよび栄養素の摂取方法と管理を学びました。その中でも色が味覚へ及ぼす影響を図る実験では、色の違うA～Dの飲み物をそれぞれ味見していくのですが、実は全てりんごジュースです。しかし色ごとに味の印象が違い、また人によっても感じ方が違うことが分かりとても興味深かったです。ただ食事の摂取量に囚われるだけでなく、より自身の満足できる食事環境を味覚と視覚とともに整えていくことが大切なのであり、これをダンスにどう関係づけるかは直接講義にはありませんでしたので、これは私の課題だなと考えました。

大西　慧（2年生）　ボディ・コンディショニング

8月5日と9日から11日の4日間、今田康二朗先生によるボディ・コンディショニングの集中講義が行われました。授業では、椅子を使う運動や曲線を描くような動き、身体に負担をかけないトレーニングが特徴の「ジャイロキネシス」と呼ばれるエクササイズを行いました。4日間のエクササイズを通して自分の身体に向き合い、変化を感じたとともに、今までの使い方、踊り方がどれだけ身体に負担をかけていたのかを認識することができました。

人間の骨や筋肉の構造について学び、負担のかからない正しい身体の使い方を実践し、グループで観察、指摘を行う中で新しい発見が多くありました。今までの身体の使い方では苦しく、無意識に呼吸を止めてしまっていた動きでも普段通りに話すことが可能なほど、楽で自然な状態で行えるということを知りました。これからダンス活動をする、あるいは長期的に安全に身体活動を行う中でとても重要なことを4日間という短い期間で学ぶことができました。

普段こんなにも真剣に、そして丁寧に時間をかけて自分の身体に向き合うことがなかったためとても貴重な授業だったと感じました。この4日間で学んだことをこれからのダンス活動で活用、応用することはもちろん、指導する立場になった際には、解剖学的な面から正しい身体の使い方を伝えていきたいと思います。そして定期的にボディ・コンディショニングを実施し自分の身体を整えて、健康的に身体活動を行うことができる身体を目指していきたいです。

ご多忙の中、4日間指導してくださった今田先生ありがとうございました。

甲田　桃姫（3年生）　フォークダンス

小学校の体育の授業や学校行事でしか触れることのなかったフォークダンスをこの集中講義という機会で学んだことにより、ダンスの根源に存在する「音楽にのせて体を動かすことの楽しさ」を改めて実感しました。

誰もが気軽に楽しめる大衆向けのダンスではあるものの、決められた足のステップやパートナーチェンジといった複雑な動きの要素もあり、集中講義を通し新たな発見を得ることができました。

また手指消毒・手袋の装着をしての講義ではあったものの、このコロナ禍で他人との接触が制限される中、手を繋いで仲間とコミュニケーションを図りフォークダンスに取り組んだことで、人との関わりが如何に大切であるかを身に染みて感じました。

フォークダンスのバリエーションには、自然に存在する資源に対して喜びを表現するものやお別れを告げる挨拶など、ひとつひとつに意味や目的が存在することを知りました。実際にどのような場面で踊られるのかを映像で学ぶ時間もあり、これらの学びを通して自分は講義を受ける前と後ではフォークダンスに対する考えがまるで変わり、フォークダンスの魅力に触れる有意義な4日間を経験することができました。

石井　伶佳（1年生）　タップダンス

5日間という限られた時間の中で行われたタップダンスの集中講義はたくさんのことを得ることができたとても貴重な時間でした。私自身、今までタップダンスに触れたことがなかったため、以前から憧れと興味を持っていました。

授業では基本的な足の動きだけでなく体重移動の重要性やタップダンスの成り立ちを学ぶことができ、最終的には基礎を応用した難易度の高い技にも挑戦しました。タップシューズを履くことも初めてだった私には音が鳴ることはとても新鮮で魅力的に感じました。しかし、しっかりと音を鳴らすことは想像以上に困難で、テンポが速くなるにつれて足の動きが雑になってしまい、音が綺麗に鳴らないことや足の動きができて音が鳴っていたとしてもリズムに合っていないことなど課題が多くありました。しかし、動きと音がリズムと融合した時にはとても大きな達成感を感じることができ、自分の身体から創り出した音が仲間たちと重なって音楽となった瞬間に、喜びを感じられることがタップダンスの魅力だと5日間を通して感じることができました。

多くの学びを得ることができた授業に感謝し、今後の自分のダンスに活かせるよう努力していきたいです。

田中　麗愛（3年生）　表現運動学演習（演技）

8月5日、8日～10日の4日間、桐山知也先生から演技について学ぶ、表現運動学演習（演技）の集中講義が行われました。

講義は、簡単なようで難しいことばかりでした。友達の歩き方を真似してみたり、街で出会った特徴のある人になりきり、姿勢やその人がどんな性格か、どんな話し方かを想像して、先生からの質問に答えたりなど、自分なりに真似する人の特徴をとらえて演技するという講義内容でした。つまり「その人になりきる」というものから演技は始まっているということを、この講義を受けて学ぶことができました。

最終日は、台本を渡され本格的なお芝居をしました。セリフを言うのに必死で、身振りや視線があやふやになったり設定から外れた行動をしてしまったりと難しいことだらけでしたが、ダンスの難しさとはまた違った感覚で貴重な経験ができた4日間になりました。

この講義を受けて、ダンスを新しい視点から見ることができるようになったり表現の幅が広がったりとダンスにも活かせるような講義内容でしたので、ぜひ来年、再来年、興味のある方は受けてみてください!

部活動

金谷　位里（3年生）　ダンス・プロデュース研究部（からぴょん）

「からぴょん」は2013年度に作成した烏山地域のキャラクターで、からぴょんを積極的に活用した事業を世田谷区とダンス・プロデュース研究部で連携し、地域の活性化や交流を目的として展開しています。今年度のこれまでの活動としては、6月に烏山地区防災訓練に参加して地域の方や子どもたちと交流しました。8月にはJ:COM番組「長っと散歩」の収録を行い、本学の地域交流活動の紹介を深代学長、芳地地域交流委員会委員長、そして世田谷区長をまじえて行い、さらにダンス・プロデュース研究部とからぴょんの紹介、からぴょんダンスを番組内で披露しました。他に10月8日から11月13日の期間で開催される「第10回烏山地域蘆花まつり特別企画謎解き蘆花まつり」にも参加する予定ですが、8月の炎天下にその謎解き蘆花まつりのCM撮影を行いました。このCMは10月1日から11月13日の期間に東京MXのチャンネルで放映されます。10月8日には烏山区民センターで開催される「第10回烏山地域蘆花まつり特別企画謎解き蘆花まつり」オープニングセレモニーにも出演し、からぴょんダンスとオリジナルダンスの2つを披露する予定です。また蘆花まつり開催期間中にサプライズでからぴょんが登場するPRイベントも開催予定です。

今後もさらなる地域の活性化に協力し、Community Danceを長期にわたり実践していきます。

堀　華純（2年生）　ダンス・プロデュース研究部（八戸）

ダンス・プロデュース研究部から募った10名が、サマーダンスセミナーin南郷の講師として8月16日～19日まで青森県八戸市南郷へ行き、主に八戸市周辺に住む小学1年生から大学生を対象にWSをしてきました。

セミナー初日にはバレエ、モダンダンス、コンテンポラリーダンスの3ジャンルを私たちが発表して、その後にそのジャンルを指導しました。受講生の皆さんは初めて体験するジャンルでもとても楽しそうに、そして真剣に踊っていました。最終日には南郷文化ホールの照明つきのステージで、受講生もジャンルごとに分かれて一緒に作品を発表しましたが、受講生からも沢山アイデアを出し合って作った作品は1日で完成させたものとは思えない程どれも素晴らしいものでした。

このイベントは2009年から隔年で行っており本来であれば昨年開催予定でしたが、コロナの感染状況から延期になり今年無事に開催できました。この状況下いつ中止になるかわからない中、感染対策や準備等していただいた本校卒業生の昆賀子先生はじめ南郷文化センターのスタッフの皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。

デイリー東北、東奥日報、八戸TVでも紹介されましたが、八戸に少しでもダンスが楽しい、またニチジョに興味を持ったという子が増えると嬉しいです。

矢田　友実香（4年生）　モダンダンス部（ダンスフェスティバル神戸）

私達モダンダンス部は、8月10日から13日にかけて行われた全日本高校・大学ダンスフェスティバル（神戸）で、作品「風の旅人」を踊りました。

しかし、大会出発数日前に、コロナ対策として急遽練習を停止することになりました。人数が変わったこともあり練習していた作品とは違い、できることが限られました。それでも舞台に立ちたいと心に決め、神戸へ向かいました。

作品「風の旅人」では、シルクロード時代の苦しみや想いが風に乗り、現代を生きる私たちの勇気へと変わり、さらにそこから未来へのメッセージへとつながることを核とし、創作を開始しました。また、腕から垂れている長い布の特徴を活かし壮大でしなやかな風を表現するなど、布でできる最大限の工夫をしました。

残念ながら賞を頂くことはできませんでしたが、結果よりも今までどのように取り組み皆で作り上げてきたかというプロセスが大切であると実感しました。

また、コロナ感染対策により棄権せざるを得ない学校もある中で、舞台に立ち照明を浴びて演技ができたことは、私たちにとってかけがえのない思い出となりました。

このコロナ禍での大会に参加するにあたり、熱くご指導して下さった坂本先生、そして応援して下さった全ての皆様に心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

島　菜々子（3年生）　舞踊部（発表会）

舞踊部では、先日舞踊部発表会2022夏を開催しました。観客は部員のみとしましたが、新型コロナウイルス感染症の流行が始まって以来、約2年ぶりの有観客での開催でした。部員一同、観客がいる中で舞台に立つことができることの喜びを感じていました。舞踊部発表会では、ダンサーとして出演することはもちろん、音響や照明、運営スタッフもすべて部員が行います。外部の照明さんに来ていただき指導はしていただきますが、実際の照明操作は基本的に部員が行います。そういった技術を先輩から後輩へ受け継いでいくことができるのは舞踊部の良さであると感じています。またダンサーとしても、舞踊部では幅広いジャンルを扱っているため、普段は触れないようなジャンルにも挑戦することができます。今回の発表会でも、「挑戦をしたいと思って普段とは違うジャンルの作品に出演した」という声を耳にしました。そして今回は4年生の引退公演でした。これまで様々なことを教えてくださった4年生やサポートをしてくださった先生方にたくさんの感謝をお伝えする発表会になったと思います。

ワークショップ

堤　なず菜（2年生）　池田扶美代さんWS

これまで、新型コロナウイルスの影響により人と直接触れ合ってコンタクトをとる経験をすることが難しい状況でした。そのため、今回の池田扶美代さんのWSで、お互いの身体を手でほぐしあったりお互いの体重を直接相手の身体の部位へ預けたりと、今までコロナの影響でできなかった体験をすることができました。また、最初はどう行えばよいかといった戸惑いもありましたが、コンタクトを経験したからこそ様々な気づきや課題を得ることができました。WSの中で特に印象に残っているのは、目を瞑りながら相手に体重を預ける、また体重を受け止めるといったコンタクトです。初めは、相手が見えない中で体重をかけても大丈夫であろうかといった恐怖感がありました。しかし回数を重ねる内に相手のさりげない足音や、手の圧力などを敏感に感じとることができ、最終的には様々な形でコンタクトをとることができました。そしてこのコンタクトを通して、視界を遮ることにより普段感じることのなかった感覚、またこれまでどれだけ視界に頼っているのかを身をもって感じることができ、今後の自分自身の課題に気づくことができました。これらの気づきや学びを今後の創作活動や踊りに向けて活かしていきたいと思います。

編集後記

最後までご覧いただき、有難うございます。対面での活動が増え、少しずつではありますが元の生活に戻りつつあることを嬉しく思います。コロナ禍は続いておりますが、大学での様子をこのダンスレターを通して感じて頂けたら幸いです。今後も本学の魅力をお伝えできるよう努めさせていただきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

下田あさひ、藤田瑞季

NEWS

― 大学 ―

<2022年度オープンキャンパス>

2022.12/4（日）

2023.3/21（火・祝）

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況等により変更が生じる場合があります。

― ダンス学科 ―

<オンライン版高校生のためのダンス・サテライト授業>

2022.12/12（月）

<第21回舞踊学専攻卒業公演>

2023.1/26（木）@府中の森芸術劇場　どりーむホール

<日本女子体育大学イベント・入試情報>

日本女子体育大学 ホームページ

日本女子体育大学 公式LINE

日本女子体育大学ダンス学科公式Instagram
nichijo_dance

日本女子体育大学ダンス学科公式YouTube
動画でわかるダンス学科

発行日　2022年11月23日（水）