

日本女子体育大学

Dance Letter

Vol.46

Japan Women's College of Physical Education

Department of Dance



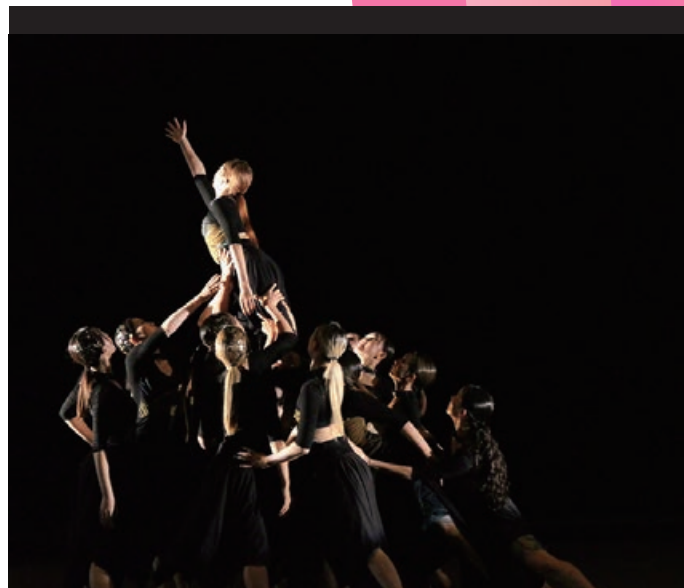
SHOWCASE2024 1年生

稲葉芙夕子(1年生) SHOWCASE(A1クラス)

大学で初めて作品に出演する機会だったため緊張しましたが、A1クラスのみんなや先輩方はフレンドリーで話やすく、消極的な私も自然とみんなのことを知りたい、私のことも知ってもらいたいと思えるようになりました。SHOWCASEは、クラスや大学に馴染む絶好の機会になりました。

SHOWCASEの作品作りでは授業の時間以外でも全員で協力し、互いに助け合うことができました。みんなの思いやりや責任感の強さを感じ、私はその中で不安を感じながらも、仲間がいるという安心感とみんなの元気な姿を見ることで前向きに練習に取り組むことができました。先輩方はA1クラス全員のことを尊重しながらも、メリハリのある充実した練習にしてくださり、そのおかげで私たちの技術、表現力、創造力が高まったと感じています。やりがいのある練習の中で、全員と仲を深めながら切磋琢磨する日々を過ごすうちに、作品タイトルである「行くべき場所、あるべきもの」のように、まさにここが自分の場所であり、これがあるべきものだと思えました。

SHOWCASEを通して、たくさんの素敵な方々と出会えたことに感謝しています。これからもSHOWCASEで得た、クラスのチームワークや日々の感謝の気持ちを忘れずに過ごしていきたいと思います。



太田楓子(1年生) SHOWCASE(A2クラス)

私たちA2クラスの作品タイトルは「TIAM-青のグラデーション-」です。このタイトルは、「特別な人に出会ったとき、自分の瞳はキラキラ輝く」という意味のペルシャ語の言葉と、「青のグラデーション」という詩からつけられました。

4月に出会ったばかりの私たちは、育った場所も踊ってきた環境も異なるメンバーと3ヶ月後には舞台上に立つということに少なからず不安を感じていたと思います。そんな中でも、与えられた振付や『青のグラデーション』の詩の意味を自分なりに考え、表現できるように力を尽くしました。回を重ねるごとにクラス内の信頼感も強まっていき、この作品をより良いものにしたいという気持ちの一体感が生まれました。15人みんながSHOWCASE本番の舞台という同じ目標に向かって互いに刺激し合い、作品を磨いていくあの期間は、間違いなく私たちの青春でした。これからの大学生活では、いろいろな体験をし、いろいろな感情を抱くことになると思います。しかし、この作品からは、どんな時でも私たちの力になってくれるエネルギーをもらうことができました。一人一人違う「青」を纏った私たちは、老人になってから後悔を眩くことのないよう、これからも「純と汚れのダンス」を踊っていきます。



佐々木李夏(1年生) SHOWCASE(A3クラス)

日本女子体育大学に入学して初めての舞台。出会って日の浅い私たちが、一つの作品を創ることに大きな期待と不安がありました。それぞれ環境やダンス経験も異なるため、周りとは比べ戸惑い、苦しむ時もありました。しかし、明るく素直なA3クラスの仲間や、3人の先輩方のおかげで最後まで楽しく、前向きに歩むことができました。

私たちA3クラスは先輩方が気軽に提案できる環境や、コミュニケーションを取りやすい空間を整えてくださったため、振付者とダンサーの関係が分離することなく、より良い作品にするため、1年生も振付を模索し、提案することができました。そのため、先輩方と私たちを含めた18人で作品を創り上げる感覚が他のクラスよりも強く、課題に対する向き合い方も深めることができました。温かい仲間や3人の先輩方によるご指導のもと、SHOWCASE本番では集大成となる良いパフォーマンスをすることができました。踊ること、表現できることの喜びを忘れずに、今後の大学生活も全力で励んでいきたいと思えます。

最後になりますが、SHOWCASEを開催するにあたり、支えてくださった全ての方へ感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。



谷川莉理佳(1年生) SHOWCASE(B1クラス)

大学に入学して初めての舞台であったSHOWCASE。改めて、ダンス学科の一員になれたことを自覚する機会になりました。そして、この経験は私をダンサーとしても、人間としても成長させてくれました。

大学での実技授業が始まり、自分と周りのレベルの差を感じてしまい、SHOWCASEの作品創りに自分がついていけるのか不安でいっぱいでした。また、色々なことが初めてで戸惑うことも多く、前半は探り探りで練習の日々を過ごしたことを覚えています。ですが、笑顔の絶えないB1クラスみんなや、いつも私たち思いの優しい先輩方のおかげで、最後まで前向きに取り組むことが出来ました。また、これまでの経験やジャンル、考え方の異なる仲間との練習は私に多くの刺激を与えてくれました。そして本番、先輩方の創ってくださった作品をB1クラスの16人で踊り上げた時の達成感と感動は、とても言葉では言い表せません。自分たちの作品を誰かに見てもらえる喜びや達成感を感じることが出来ました。そして何より、「踊ることはやっぱり楽しい!」と改めて感じさせてくれました。

先輩方を含めた19人で創りあげた作品、そして練習時間の全てが私の宝物です。支えてくださった皆様、本当にありがとうございました。この経験を糧に、今後のダンス人生を力強く歩んでいきます。



文岡小春(1年生) SHOWCASE(B2クラス)

初めてこの作品を先輩方からいただいた時、こんなにも壮大な作品を自分たちに表現できるかととても心配でした。しかし、先輩方からの愛のあるご指導を受け、クラスメイトと意見をぶつけ合い、日々学びながら作品の完成に突き進んだ事で、クラスの固い絆ができました。そして、何を表現したいのか、「楽しい」とは何なのかを考え、14人それぞれの「楽しい」を多くの人に感じていただきたい一心で練習した時間は私の一生の宝物です。

「Infinity～枠を超えて～」のInfinityとは無限を意味しており、「今までの自分の枠を超えていく」という思いが込められています。この題名を聞くまでは、教えていただいた振付を前回よりも進化した踊りになるよう練習するのみでした。ですが、私たちはこの作品のゴールを「先輩方が想像する世界観を私たちだけの表現で創り上げる!」と決め、さらに力を入れて練習しました。作品では深い表現力や団結力が求められ、壁にぶつかることもありましたが、SHOWCASE当日は作品と別れることの悲しさ、B2クラスの魅力をお客様にお見せできる嬉しさ、そして緊張で感情が交錯していましたが、最後まで私たちらしく「枠を超えた」表現ができて幸せでした。



吉崎理子(1年生) SHOWCASE(B3クラス)

私にとってSHOWCASEを通して出会えた先輩方や友人たちと共に過ごした期間は、かけがえのない経験になりました。ニチジョに入学してから初めての舞台に対し、期待に胸を膨らませると同時に、これまで育った環境や学んできたジャンルが異なるクラスメイトと踊ることに大きな不安を抱えていました。コンテンポラリーダンスの経験が浅い私たちは、慣れない独特な動きや音の取り方に苦戦しました。しかし、先輩方が一人一人の個性を伸ばしながら新しい表現を探求する時間を与えてくださったことで、次第に自信が生まれてきました。さらに、自分たちで先輩方が表現したい情景やテーマについて、考えを共有し合ったことにより、それぞれの作品に対する理解が深まり、同じ熱意をもって取り組むことが出来るようになりました。アイデアを出し合い、試行錯誤した結果、仲間との一体感が生まれ、先輩方にもそれを認めていただけた時に大きな喜びと達成感を得られた気がします。本番では、B3クラスだけの「夢現」の世界へ観客を引き込むことができました。

今回の経験から、学生が主体となり先生方やスタッフの方々と深く関わり合いながら、感謝の気持ちをもってSHOWCASEという大きな舞台を創りあげる、ニチジョの良さを実感させられました。今後の活動に活かし成長し続けていきたいです。



清水心詠(3年生) SHOWCASE振付者(A1クラス)

今年度から授業化されたSHOWCASEで、3人で振付をさせていただきました。高校からの仲間である2人と、初めて出会う1年生たちと共に、濃い時間を過ごせたことはかけがえない大切な経験となりました。

今回の作品は音楽にカウントがなく、1年生は慣れないジャンルであったため、たくさんの苦勞をさせていただきましたが、練習を重ねるごとに、1年生も意見を伝えてくれるようになりました。素敵だと心から思える作品と一緒に創り上げてくれたことや、短い時間でも成長を見せてくれたことが本当に嬉しかったです。作品終わりの晴れやかな表情、終演後に口を揃えて「みんなを感じる事ができて楽しかった」とキラキラした笑顔で伝えてくれて、短時間でここまでクオリティに仕上げてくれた1年生16人に本当に感謝しています。

私自身も、作品を創って話すという経験が初めてで、大変だと思うことはありましたが、辛いとは思わずに、ワクワクして楽しみながら終わられたことを幸せに思います。

最後に、この公演を開催するにあたりご尽力くださった先生方、スタッフの皆様、見に来てくださった全ての方々に感謝申し上げます。ありがとうございました。



桂悠華(3年生) SHOWCASE振付者(A2クラス)

「1年生の味方になれるような作品を」というところから始まった作品創作は、ありのままのみんなをどう引き出すか、ダンスの技術だけではなく、人間的な学びをたくさん得ました。悩むことも多く、手探りで進んだ練習期間でしたが、1年生が授業のたびに成長し、私たちの要望にすぐに応えてくれました。段々と仲が深まる姿や舞台上で晴れやかな表情で堂々と踊る姿、そして楽しかったと笑顔で伝えてくれる姿にたくさん救われました。A2クラス全員に感謝があふれます。一人一人が自主的に丁寧に向き合い続けてくれたおかげで完成した作品です。4月に出会ったばかりの15人と、誰一人欠けることなく本番まで同じ方向に走り続けられた日々はとても濃密で、このような時間を過ごせたことはとても幸せでした。この作品と共に過ごした日々が1年生のみんなにとって心の支えになり、何かひとつ自信になる経験になっていたなら、私たちはそれが何よりの幸せです。私は今回が初めて人に振付をする機会だったので、自分の振付を練習して深めてもらえる嬉しさと責任感、客席で作品を見ることが出来る有難さを教えてもらいました。素晴らしい経験をさせていただきありがとうございました。今回の日々を糧に今後も努力していきたいと思います。SHOWCASEに携わってくださった全ての皆様、本当にありがとうございました。



藤岡みゆ(3年生) SHOWCASE振付者(A3クラス)

1年生の頃から憧れであったSHOWCASEの振付者。振付者という役割が初めてだったからこそ、ワクワクした気持ちと同時に不安と焦りが込み上げてきて、この4ヶ月間様々な感情と葛藤しました。初めは観てくださるお客様と作品の一員になってくれるA3クラスのみんなにも満足してもらえるかということを常に考えてしまい、不安に思っていました。しかし、みんなの練習している姿や日々成長していく姿を見ていく中でその不安が自信に変わり、私の原動力となっていました。

同じ振付者である濱元、金子と試行錯誤していく過程で、作品テーマである「個性」とは何かを見つけ出すことがとても難しく悩みました。入学したばかりの1年生たちにとって「個性」というテーマは難題であり、私たち自身も正解がわからないからこそ、作品の中でどう見せることができるか課題でした。練習の中で一人一人とコミュニケーションを取ることで作品にまとまりができ、自然と個性も生まれ、3人で創った作品ではなくダンサーも含めた18人全員で創った作品であると気付かされました。

この経験は私にとって忘れられない思い出となり、宝物となりました。何よりも一緒に創作した振付者の2人とダンサー15人には感謝でいっぱいです。そして、このような素敵な舞台を用意してくださった先生方、スタッフの皆様、本当にありがとうございました。



熊谷沙々良(3年生) SHOWCASE振付者(B1クラス)

SHOWCASEは振付者である私たち3人と、たくさんの挑戦と努力をしながら最後までついてきてくれたB1クラスみんなとのかけがえのない思い出と挑戦が詰まっています。

作品を創るにあたり、何を伝えたいのか、ダンサーの良さを引き出せる構成・振付・見せ方を何度も立ち止まり考え、私たちなりに最大限の時間と力をかけて向き合いました。ダンサーとはまた違った視点で作品を見て、試行錯誤することは難しく感じました。作品の大枠、内側の細かい点にも注意を向け、こだわって作品と向き合ったため、制作の過程は作品を創っては壊しての繰り返しとなり、私たちの中にあるイメージをどうしたら伝えることができるのか大きな課題でした。それに対して1年生のみんなは同じ熱量で作品と向き合い、想像以上のパフォーマンスで応えてくれました。

B1クラスのみんなはとても練習熱心で、練習のたびに何倍も成長し、ダンスが洗練されていきました。素直で明るく、個性あふれるみんなの姿に私たちの心も打たれ、作品に対する熱量もさらに上がっていきました。素敵なダンサーたちのおかげで出来上がった作品でした。SHOWCASEでの振付を通して、さらなるダンスの楽しさと可能性を感じることができたので、この経験を今後のダンス活動に活かし、さらに追求し、成長し続けていきたいと思えます。また、B1クラスのみんなとの出会いもずっと大切にしていきたいと思えます。

今回の貴重な経験は、SHOWCASEという素敵な舞台を作り上げてくださった関係者の方々、アドバイスをくださった先生方、応援してくれた仲間、作品を観てくださったの方々のおかげで得られたものです。皆様に感謝申し上げます。



舟生実(3年生) SHOWCASE振付者(B2クラス)

とても濃密な4ヶ月弱でした。初めて振り付ける群舞作品に不安はあったものの、仲間とイメージを話し合い、やりたいことや作品のコンセプトを決めていく時間がとても楽しく感じられました。一人ではなく誰かの意見が加わることで作品が具体化し、さらに深く広がっていく感覚が新鮮で、意見を交わす大切さを強く感じた時間でした。

特に私たちのクラスでは外見の動きを統一するだけでなく、内面の変化の表れや動作の起点、表情の統一に大きな時間と労力を費やしました。振付という外枠だけでなく、なぜその表情になるのか、なぜその動きやエネルギーになるのかを深く掘り下げることで、私たちの表現したいものがより明確に見え、具体的に言葉と身体で伝えることができました。

本番の日、客席から見たみんなの踊りが今でも忘れられません。それだけ「この作品に力を注いで良かった」と思える作品であり、練習過程でした。1年生だけでなく私たちも成長することのできた貴重な経験でした。作品や動きを深掘りしていく大切さや、それを分かりやすく的確に教える伝え方、全てにおいてとても勉強になりました。

このSHOWCASEの期間を全力で向き合うことができたこと、関係者の皆様に感謝申し上げます。また、この作品に関わった方の心を灯す作品になっていた嬉しく思います。



望月美羽(3年生) SHOWCASE振付者(B3クラス)

「限りない可能性の中で、自分らしい世界を築き上げていってほしい」そんな思いを込めて、私たちはB3クラスの作品を創作しました。振付者には、振付以外にも多くのスキルが必要とされる中、どうしても最大限の作品を与えられるのか、どうすれば1年生の魅力を引き出せるのかを日々捻り、考えました。こんなにも毎日があっという間に過ぎた期間はこれまでありませんでした。

B3クラスは、バックグラウンドが豊かな努力家たちの集まりです。彼女たちの作品に対する純粋な熱意と真摯さは人一倍で、何度も助けられました。私たちの表現する世界観はニュアンスがつかみにくく、慣れない振りも多く戸惑いもあったはずなのに、わからないなりに自分たちの中で答えを突き詰め、毎回着実な成長を見せてくれました。当初は私たちが何かを与えて、彼女たちはそれを咀嚼するというイメージをもっていたのですが、実際には互いが影響しあい、学び合いながら同じ作品を創る心強い仲間のような感覚でした。初めての挑戦から、才能が芽吹く瞬間に立ち会えたことをとても幸せに思い、貴重な機会をいただいたことに心から感謝しております。

B3クラスのみんな、舞台を支えて下さった皆様、見届けて下さった方々、本当にありがとうございました。



政宗映里(3年生) SHOWCASE実行委員長

私は1年生の時は出演者として、2年生ではゼラ隊として、そして3年生の今年は全体を総括する実行委員長としてSHOWCASEに携わらせていただきました。私にこの役職が務まるのか不安に感じることも多くありました。しかし、そんな不安とは裏腹に、悩みを聞いてくれたり相談に乗ってくれたり、嬉しいことや素敵だったことを共有し、必ず助けてくれる仲間がいてくれたことは、とても心強く何度も救われました。

本番では、出演者とスタッフの一体感が生まれ、共にステージを創り、最高のパフォーマンスができたと感じています。全員で迎えたラストのエンディングでは、練習では見られなかった力強さと達成感を感じられ、強く印象に残っています。SHOWCASEという舞台を支える一員になったことを嬉しく思います。改めて、この舞台を彩ってくれた出演者、支えてくださった先生方や助手さん、共に舞台を作ったスタッフの仲間、関わってくださった全ての方々から感謝いたします。

ダンス学科として次の舞台は、私たち3年生が出演者となる「3年生パフォーマンス」です。これまでの経験と学びを忘れずに活かしていきます。ありがとうございました。



正課・課外活動

大場珠(2年生) 野外上演法

2024年の野外上演法は映画『Barbie』を題材に制作しました。「完璧よりも大切なもの」をテーマに、個性を尊重するような作品を目指しました。野外上演法では、作品の「起承転結」を3つに分けて構成しています。

「起」では、完璧を求めている姿を表現するために、くるみ割り人形の楽曲を使用しBarbieの人形らしさを全面に出しました。一つ一つの動きを固くし、全員の動きを揃えることに重点を置きました。「承転」では、自分らしさを求める姿を表現しました。「起」とは違い、柔らかい動きや個々に異なる動きをすることで自由な雰囲気を感じさせました。最後の「結」では、ありのままの自分を受け入れて自由を楽しむ姿を表現しました。この部分は作品で最も盛り上がる部分にもなるため、全体的に大きい動きで全員が弾けるようなパートにしました。これらの振付や構成は、多くの仲間たちが協力をして創ってくれました。初めは総リーダーを務めることになり、不安ばかりでしたが、各クラスのリーダーやサブリーダー、そのほかの振付や構成を考えてくれた同期のおかげで、「私たちならできる」と自信を持つことができました。そして、心の底から最高と思える作品に仕上がりました。総勢100人以上が一斉に踊ることは決して簡単なことではありませんでしたが、非常に実りのある授業だったと感じています。先生方、ありがとうございました。



中村美空(4年生) 刈谷円香さん ワークショップ

今回、ネザerland・ダンスシアター(以下、NDT)のJAPANツアー中の大変お忙しい中、このようなワークショップ(以下、WS)を開催していただき、本当にありがとうございました。まさかニチジョで、NDTで活躍中である憧れの刈谷円香さんのWSが受けられるとは思ってもしなかったのも、まるで夢のような時間でした。

WSでは、普段刈谷さんがどのように体と心と空間を感じてダンスと向き合っているのか、ウォーミングアップから丁寧に教えていただきました。様々な感覚に目や耳を傾けて、皮膚や体の中で感じながら行っていました。普段ここまで感覚を研ぎ澄ませて多くの部分を感じられていなかったのだという驚きとともに、これからはさらに身体の色々な部分と向き合うことができるのだという発見がありました。また、クリスタル・パイトさんの作品の一部の振付も教えていただき、振付を踊る際にも細かく分析して、この動きはどこからスタートさせているか、この腕は何の役割があってどのように風を感じているのか、など無駄な部分は一つもないことを改めて感じることができました。刈谷さんがWS中で何度も伝えてくださった「Awareness」という言葉を心にとめ、これからもダンスと深く向き合っていきたいです。この度は大変貴重な機会をありがとうございました。



山本幸多舞(2年生) ダンスカレント

ダンスカレントの集中講義を通して、様々な舞台設備についての知識を深めることができ、今までにない貴重な経験を得ることができました。講義では、舞台機構から照明や音響技術に至るまで、舞台演出とダンスの関わりについて詳しく学ぶことができました。同じダンスを踊っていても、舞台演出によって与える印象が大きく異なることが非常に印象的でした。

普段照明スタッフとして公演に携わる際は、作品制作者から頂いた照明プランをオペレーションすることがほとんどです。しかし今回、照明スタッフとして一から作品制作に参加することで、普段以上に作品に深く寄り添う経験ができました。

音響の講義の一環として行われた「1分間の環境音を学外で聞く」実習では、受講者それぞれが聞こえる音やその表現方法が異なる点が非常に興味深く感じられました。音の捉え方が多様であることを実感し、音響の奥深さを改めて認識する機会となりました。

この講義を通じて、私たちは舞台芸術の裏側にある多くの要素や、公演を支えるスタッフの重要性、そしてその責任の重さについて学ぶことができました。観客として公演を見る際には見えづらい部分ですが、演出が作品の印象に大きな影響を与えることを考えると、裏方スタッフもある意味で「舞台の主演」といえるのではないかと感じました。



山田千尋(4年生) 現代の舞踊論

ダンスを科学的に分析するという「ダンス・サイエンス」を目的とした現代の舞踊論を、5日間という短期間でありながら集中講義形式で受講できたことで、とても密度の濃い充実した学びになりました。スポーツ分野の知識や考え方をダンスに応用学ぶことは体育大学だからこそできる、日本女子体育大学の強みの一つだと思います。ダンサーとして自身の体を作るスポーツ栄養学や機能解剖学の知識は、すぐに実践できる内容が多く、健康的な体づくりについて見直すきっかけとなりました。中でも私は牧塚弥先生の「ダンスの力学的アプローチ」の講義が印象的でした。普段何気なく回っている「フェッターン」を物理的観点から捉えて説明した動画を見て、バレリーナが綺麗に回り続けられる理由を科学的に理解することができました。摩擦や抵抗、物体に回転を起こす力の一種である「トルク」などについて考えたことで、今後もし上手く回れない日が来ても、改善すれば科学的に学んだことをベースに揺るぎない技術が身につけられると実感しました。また、審美系スポーツと呼ばれる体操やアクロ体操の芸術性はどのように点数化しているのかに迫った小海先生の授業は、新体操をしている私にとって大変興味深い内容でした。今回の集中講義を通し、ダンサーとして一つレベルアップができたと思うので今後に活かしていきたいと思います。



渡邊栞那(2年生) ボディ・コンディショニング

私は当初ボディ・コンディショニングとは、ストレッチやマッサージを中心に体を労わることだと思っていました。しかし、実際受講してみると全く違い、体をより正しく、自由に使えるようにすることであると理解しました。

1日目はジャイロキネシスをもとにした背骨を動かすウォームアップから始まりました。おへそ下にある丹田という部分に力を加える事で、無理なく軸が安定することがわかりました。意識する部分を理解したことで2日目は初日よりもつらく感じましたが、積極的に動かそうと考えるようになりました。3日目はあばら骨あたりの呼吸の仕方に苦戦しました。あばら骨を中にしまいながら背中をすくい上げることが難しいと感じましたが、日を重ねるごとに、自分の体を分解して内側から動かしていく感覚を得ました。4日目はアキレス腱を縮めずにつま先を伸ばす方法を学びました。アキレス腱を縮めると、つま先を美しく伸ばすことはできるのですが、実はそれは正しい使い方ではなく、舞台上で綺麗に魅せるために無理に動かしていた体のパーツが多いと感じました。

今回の講義を通して、改めて体を正しく使うことの大切さを理解しました。私は将来ダンサーになることを志望しており、1日でも長く踊り続けるためには体の中から見つめ直し正しく使う必要があると感じました。自分の体の構造を理解し、筋肉の連動や可動域を常に考えて踊るべきだということを学びました。自分の踊りを極めるためにも先生が教えてくださったトレーニングを取り入れて、自分の体と向き合っていきたいと思います。



水井真亜子(3年生) フォークダンス

4日間の授業を通じて、フォークダンスだけでなく、ダンスについて総合的に学ぶことができました。私自身、小学生の時にフォークダンスをして以来だったので、「フォークダンスとは何か」という疑問から始まりました。実際に取り組んでみると、コミュニケーションツールとして活用できるダンスであることがわかりました。普段私たちは、観客に見せるダンスをしています。フォークダンスはダンスを通じて人と仲良くなるきっかけを作ってくれるものだと思えました。また、フォークダンスにも様々な種類があり、世界各国の文化や風土に触れることができることや、対象者に合わせて運動レベルを調整することもできるため、多くの人に楽しんでもらえるジャンルであることに気づきました。これはフォークダンスの大きな魅力だと思います。

講師の山梨先生からは授業以外にも、ダンスをする上で必要なトレーニングや教育に関する考え方、卒業後のダンスとのかかわり方など様々なことを学びました。今後の大学生活やその先で活かせるようなことも学び、フォークダンスを含めて濃く、充実した4日間でした。



河野天羽(1年生) タップダンス

私は9歳でタップダンスを始め、地元のスタジオで9年間タップを学んでいました。高校を卒業してから少し経ち、久しぶりに踊るタップは楽しさと緊張の半々でした。

集中講義1日目は基礎のステップから学びました。受講者の多くはタップ未経験者で、初めて見る複雑な足の動きに、先生が「次はこのステップをしよう」とお手本を見せるたび、驚きの声が上がりました。ですが、繰り返し練習することによって、だんだんとコツがつかめてきました。正確な音が綺麗に鳴ると、「いい音だね」と褒めてくれる先生の言葉を励みに「どうしたら綺麗な音になるのか」、「どうしたらカッコいいシルエットでタップをすることができるのか」、一人一人が自分の課題と向き合っ、練習を重ねていき、ステップに自信を持つことができました。また、ステップだけでなく、タップの歴史も学びました。ただ音を鳴らすだけでなく、背景にあるタップの歴史を知ることで、タップダンスに対する気持ちが変わりました。最終日にはグループごとに振付を考え、発表を行いました。同じ曲でもグループごとに雰囲気や全く違い、踊る側も、見る側もとても楽しかったです。この集中講義を通して、タップの魅力をもっと知ることができ、何事も楽しい気持ちで挑戦してみる事の大切さを学ぶことができました。



渡部真絵(1年生) ストリートダンス

6日間のストリートダンスの集中講義を受講し、ミュージカル、ソウルダンス、ヒップホップの3つのジャンルを学びました。ミュージカルでは仙名立宗先生から、実際にステージで行われている振付を教えてくださいました。その中で、歌いながら演技をしながら踊ることを初めて体験し、今までとは違ったダンスの楽しさを体験することができました。ソウルダンスでは吉村小幸先生による指導のもと、「音楽にのる」ことを教えていただきました。最初は慣れない音の捉え方や身体の使い方苦戦しましたが、練習するにつれて鏡ではなく目の前にいる相手と音を感じながら踊るソウルダンスの楽しさを体感できるようになりました。ヒップホップでは、城所正樹先生からソウルダンスのアップのリズムだけではなくダウンのリズムも教わり、そこにアイソレーションを合わせて練習をしました。普段の授業で学んでいるものとは異なるストリートの基礎を学び、それがストリート系のダンスの奥深さと関係しているのではないかと感じました。

私はストリートダンスの経験者ですが、集中講義でストリートダンス初心者のみんなと学ぶことで、改めて基礎に立ち返ることが出来ました。また、初心者に対してどのようにクラスを進めるべきかという学びにもなり、とても有意義な時間になりました。



間春菜(3年生) 表現運動学演習(演技)

今回、巢山賢太郎先生による表現運動学演習(演技)を受講し、初めて「コーポリアルマイム」というものを知りました。コーポリアルマイムは、演技の中でも言葉を発さずに内面を表現する、ダンスに近いようでダンスとは異なる芸術です。今までにない多くの学びを得ることができました。

とくに印象に残ったのは、空間の使い方による受け取り方の違いです。普段、何気なく立っている立ち位置や、身体の角度にも全て意味があり、少しの違いで受け手の印象が変わることに衝撃を受けました。最終日にはグループごとの創作作品を発表しましたが、伝わりにくい繊細な感情も、動きのレパートリーや間のとり方、空間の使い方によって内面が視覚化され、作品説明がなくても内容が伝わってくる言葉のないドラマを観ているような感覚で面白かったです。また、創作の組み立て方も普段とは違い、新たな挑戦でした。

巢山先生の講義は、動きのテンションに合わせて教え方も工夫されており、指導法や取り組み方の姿勢など、学びが多く人間性も磨かれて、とても充実した期間でした。私自身、ダンスの中にもコーポリアルマイムの表現を取り入れ、感情表現の幅を広げていきたいと思っています。



部活動

古川茉那佳(2年生) ダンス・プロデュース研究部(ダンスサマーセミナーin南郷)

1~4年生のダンス・プロデュース研究部14名が、8月15日~18日に『ダンスサマーセミナーin南郷』の講師として青森県八戸市南郷へ行き、地元の小学生から高校生を対象にワークショップ(以下、WS)を行いました。

セミナー初日はクラシックバレエ、コンテンポラリーダンス&インプロヴィゼーション、モダンダンス、ジャズダンス&ヒップホップの4つのジャンルの有志作品を発表し、その後ジャンル別にWSを行いました。ダンス経験やダンスジャンル、年齢も異なる受講生が楽しめるような内容になるよう、各ジャンルで内容を決めて準備したことで、受講生アンケートでも「楽しかった」「また参加したい」など嬉しいお言葉をいただき、次回のダンスサマーセミナーの励みになりました。

最終日には受講生が選んだジャンルの作品発表会が行われました。2日間という短い時間での作品作りでしたが、受講生からもたくさんのアイデアがあり、どれも素晴らしい作品になりました。

このような貴重な経験の場を与えてくださった本学卒業生である昆賀子先生はじめ、南郷文化ホールの奥山さん、スタッフの皆様にご感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。



針生碧海(4年生) モダンダンス部(全日本高校・大学ダンスフェスティバル(神戸))

私たちモダンダンス部は、8月6日~9日にかけて行われた第36回全日本高校・大学ダンスフェスティバル(神戸)に参加しました。創作コンクール部門では作品『遺されたひまわり』、参加発表部門では作品『情熱の薔薇』を踊りました。

『遺されたひまわり』では、フィンセント・ファン・ゴッホのひまわりの絵に込められた葛藤、狂気、敬愛を表現しました。紙と布をキャンパスに見立てて、ひまわりを作り上げ、孤独と歪な愛を核に表現を追求してきました。この作品では、全員が同じ熱量で、取り組むことができたと感じています。とても恵まれた環境で作品と向き合うことができました。小道具の扱い方には苦戦しましたが、最後まで諦めずに挑戦できて良かったです。賞をいただくことはできませんでしたが、3学年で創り上げたこの作品を舞台上で踊ることができたことに感謝しています。また参加発表部門の『情熱の薔薇』では、1年生が力強くしなやかに踊り上げました。

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、そして応援し支えて下さった全ての皆様に心よりお礼申し上げます。



小松春菜(3年生) ソングリーディング部(ダンス・ワーク・セミナー)

今年もダンス・ワーク・セミナーで私たちが担当させていただいた講座には、幅広い年齢層の方々が参加してくださり、一緒に素敵な時間を作ることができました。

私たちが担当させていただいた講座は、音楽を効果的に使いながら、自分の魅力を踊りで表現することや、隣にいる人を感じながら踊ることを目標とし、受講者の方々にもその目標をお伝えしました。両日とも、積極的に質問をしてくださったため、指導したダンスフレーズの完成度を高めることができました。また隣の人と踊りながら気持ちを通じ合わせ、全員で踊る一体感を味わうこともできました。

そのほかにも振付のポイントとなる箇所の掛け声を決めることや、隣の人とアイコンタクトを取る振付を組み込んだことにより、体育館全体に一体感が生まれ、私たちも参加者の皆様と踊ることの楽しさを共有することができました。

この2日間で、たくさんの方々にチアダンスの魅力を伝えることができ、私たち自身も爽やかな時間となりました。この経験を今後の大学生活、部活動に活かしていきます。



中山桃花(3年生) 舞踊部(発表会)

今年の舞踊部発表会は満席以上の観客を迎えることができ、例年より盛り上がりを見せることができました。公演中には多くの歓声が聞こえ、私たちの約3ヶ月間の練習の成果を観客の皆様へ届けることができ、心から喜びを感じました。舞踊部発表会では企画、運営、演出すべてを部員で行っています。スタッフ、振付者、ダンサーとして一人一人が主体となって公演本番に向けて準備を進めてきました。そして、ダンス・プロデュース研究部からのスタッフの補助、音響家や照明家の方々、顧問の先生方など、多くの方々からサポートをさせていただいたおかげで、無事に終演することができました。

また、この公演は4年生にとっての引退公演でもありました。これまで最高学年として舞踊部を引っ張っていただき、本当にありがとうございました。たくさんの方々に支えていただいていることへの感謝の気持ちを忘れず、これからも舞踊部の活動に励んでいきたいです。



編集後記

最後までご覧いただきありがとうございます。様々なイベントがあり、忙しくも充実した大学生活を送ることができています。これからもダンスレターを通して、ダンス学科の魅力を伝えていきます。来年度もよろしくお願いたします。

鵜ノ澤純奈 政宗映里



ダンスで世界を 変えていきたい

“DANCE FOR ALL”
多彩なダンス・スペシャリストの育成

ニキジョのダンス学科では

こんな資格が取得できます！

- 中学校教諭一種免許状（保健体育）
- 高等学校教諭一種免許状（保健体育）
- 小学校教諭一種免許状※
- 特別支援学校教諭一種免許状
（知的障害者・肢体不自由者・病弱者）※

※他大学との連携により、科目等履修生として学び、受講料が別途必要になります。

©スタッフ・テス株式会社

ダンス芸術

クラシックバレエ
モダンダンス
コンテンポラリーダンス
ジャズダンス

ダンス指導法

生涯教育
（幼児～高齢者、障がい者）
プロフェッショナル
学校教育

ダンス マネジメント

作品制作
舞台上演（音響・照明）
舞台演出
マルチメディア
（映像・音楽編集）

JWCP E 日本女子体育大学

Japan Women's College of Physical Education

体育学部 ダンス学科
大学院 スポーツ科学研究科

〒157-8565

東京都世田谷区北烏山8-19-1

TEL:03-3300-2895（ダンス学科助手室）



入試情報

— 大学 —

<2024年度オープンキャンパス>

- 12/15(日)
- 2025.3/20(木・祝)

<ダンス学科体験授業>

- 12/15(日)
- @日本女子体育大学
- ※オープンキャンパス内で開催

— ダンス学科 —

<第23回ダンス学科卒業公演>

- 2025.1/17(金)
- @J:COMホール八王子
- ※一般チケットのお申し込みは12月を予定(詳細は大学HPをご覧ください)

<日本女子体育大学イベント・入試情報>



日本女子体育大学 Dance Letter Vol.46

Japan Women's College of Physical Education
Department of Dance

発行日 2024年11月23日(土)

©スタッフ・テス株式会社 designed by Yusuke Itoh