



ダンス…世代を越えた生涯スポーツ 第37号

トウヒールフラット

ダンス NEWS



三笠宮杯ラテン第3位
海老原拳人・タカギルナ組
(千葉県/早稲田大学)

千葉県選手は全てのGD部門での競技で決勝に進出し、特にユース、ジュニア、ジュブナイルではダンスチームみやおかの選手が大いに活躍いたしました。将来が期待される選手たちが次々に育っていて頼もしい限りです。

第40回三笠宮杯 活躍する千葉県選手

ジュニア・ジュブナイル完全制覇

第40回三笠宮杯全日本ダンススポーツ選手権が、11月21日・22日の両日、川崎市のとどろきアリーナで開催されました。今年は感染症対策のため無観客で行われましたが、YouTubeによるライブ配信により、同時に多くの方が観戦することができました。会場ではMCでの応援により、静かな中にも熱い戦いが繰り広げられました。

三笠宮杯ラテン第5位
鈴木奨太・鈴木千尋組



三笠宮杯ラテン第6位
同スタンダード第6位
石垣和宏・三喜穂菜美組



全日本選手権ジュブナイルラテン優勝、同スタンダード第3位
矢野響大・黒嶋ひなの組



全日本選手権ユースラテン準優勝
同スタンダード準優勝
全日本選手権ジュニアラテン優勝
同スタンダード第5位
高橋海・和田享華組(ブルボンDST)



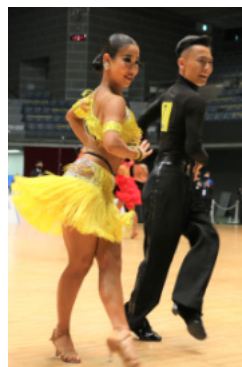
全日本選手権ユーススタンダード優勝
全日本選手権ジュニアスタンダード優勝
木下将希・小西乙愛組(ブルボンDST)



全日本選手権ジュブナイルスタンダード準優勝、同ラテン第3位
吉岡栄太・山本怜奈組



全日本選手権ジュブナイルスタンダード優勝、同ラテン第5位
足立拓海・木下真代組



三笠宮杯スタンダード準決勝
同ラテン準決勝
海老原拳太・須田美咲組



歴史に残る三笠宮杯

第四十三回三笠宮杯実行委員長 渡辺英美

第40回三笠宮杯全日本ダンススポーツ選手権大会が、11月21日・22日の両日、川崎市とどろきアリーナに於いて開催されました。新型コロナウイルスの収束が見えないなか、今年の大会は開催すら危ぶまれました。例年なら3月の東京オリンピック終了後、その反省会とほぼ同時期に三笠宮杯実行委員会が立ち上がるのですが、遅れに遅れ準備委員会がスタートしたのは8月20日、3ヶ月で基本体制を決め、私が実行委員長を仰せつかることになりました。

今年の三笠宮杯には、コロナ対策を講じた安全な運営と、経費を削減して未来に繋げる形に挑戦するという大きな課題が与えられました。10年後に振り返って見た時、第40回三笠宮杯の成功により現在がある、と言われるような大会を目指しました。今年の大会は長い歴史の中で初めてとなる無観客で行われ、YouTube等のライブ配信に初めて挑戦し、新型コロナウイルスのPCR検査は、選手・実行委員・審判員・コーチ・付添人など会場に入る人全員に実施することとし、当日もできる限りの感染対策を行うなど、どれも未経験のことばかりでした。

大会の準備作業は直前まで大幅な変更があり、司会やYouTube関係者は何日もの徹夜を余儀なくされ、苦労を重ねてようやく当日の本番を迎えることができました。

YouTube配信については苦労の甲斐があり、動画再生回数は2日間で16万回を超える驚異的な数値となって、スポンサー各社からも称賛の言葉をいただくことができました。

実行委員をはじめ関係の皆様、YouTubeを介して応援していただいた観客の皆様のお陰で、第40回大会は無事に終了し、評判も上々、未来につながる新たな三笠宮杯の姿が見えてきたような気がします。

力強い開会宣言をする渡辺実行委員長



新生活様式の取組み

事務所移転のお知らせ

西都賀の事務所から都賀の事務所に移転して早7年、昨年2月、新型コロナウイルスの流行が始まり、その感染拡大は衰えを知らぬ状況のもと、日本のみならず世界的規模で人心も経済も疲弊の一途を辿っています。我々是否応なく新生活様式が求められ、それは短期的ではなく、今後ともずっと続くのではないかとされています。

われらJDSF千葉もいろいろな活動に影響を受け、ほとんどの競技会が中止を余儀なくされ、ダンスパーティーやダンス旅行といった行事もことごとく中止となりました。そのような状況を乗り越えるためには、活動の規模が縮小されたとしても我々の歩みを止めることはできません。

そこで、その対応の一つとして、若干手狭にはなりますが、事務所を移転することにしました。場所は同じビルの3階です。今まで2階でしたが、1階上がるだけでかなりの家賃の節約が図れます。もう一つは各サークルとのやり取り方法の変更です。現

在、JDSF千葉およびJDSFからの通知類は、紙ベースでの郵送が主体ですが、今後は電子メールでのやり取りを考えています。サークルからの連絡も電話やファックスが中心でしたが、これも電子メールにすることができればと考えています。電子メールアドレスをお持ちでないサークル代表者には、アドレスを持つている会員を連絡者としていただくことになりました。もちろん、どうしても従来通り郵送が必要な場合の対応も考えなければなりません。希望される会員には、電子メールでの情報提供ができることも考えます。今後とも皆様のご協力をいただきながら、一歩でも、前に進むことができたと思います。

事務局長 古川靖人



まだ片付け中です

ダンス練習場 プラッツ

松戸市常盤平4-3-1
(新京成電鉄 五香駅800m)
Tel: 047-388-5228
http://dance-platz.com
1階 広いフロア正味92坪
2階 多目的スタジオ3室
10:00~22:30 年中無休
入場料 1,000円 入替無

<http://dance-platz.com/>

ダンス・カラオケ婦人服専門店
ファッションサロンK
*JDSF会員証を提示された方は1割引させていただきます。
*ご注文をお伺い致しますのでお気軽にご相談下さい。
営業時間 午前10時~午後6時 定休日/日曜・祭日・月曜
〒280-0006 千葉県市原市若宮2-19-3 (登山倶楽部若宮支店/飯向)
TEL・FAX 0436-43-4892 (川越 きぬ枝)

ダンス練習場 **リオベルデ**
茂原市もぎ932 JR外房線新茂原駅 0475-26-6567
(営業時間) 年中無休 午後1時~3時、午後7時~10時
(料 金) 1回千円(10名以上割引あり) 駐車場有
(営業内容) ヲケル練習、サークル練習、ダンスパーティー他
※(ダンスパーティー)毎月最終日曜(午後1時~4時)千円
※(プロによるレッスン)毎週水曜日(午後7時~9時)

NTホール
ダンス練習所
住所: 千葉市緑区越智町1701-4
☎ 043-295-8485 近藤
12:00~22:00 1000円(11歳未満無料)

意・クロス・障子・襖
ハウスクリーニング・塗装・内外装工事
株式会社 **吉田 豊 店**
第一事業部 トータル リフォーム
Total Reform ヨシダ
代表取締役 **吉田 孝一** (一級建築士)
〒299-0111 千葉県市原市青葉台6-30-2
TEL 0436-61-3055 FAX 0436-62-9049

新作ドレス

超破格値販売

29,800円



ダンス&ファッション
ステージ

〒284-0005 千葉県四街道市四街道1-4-5
愛知ビル2F
TEL・FAX 043-423-6644

一步を分解！でダンス力アップ

JDSF 特任顧問 金城庸夫



普段、簡単に思っていることからも取り上げられます。

人は体を前に移動するときにはどちらかの足を前に踏み出し、倒れないようにバランスを保ちます。日常では当たり前の動作です。

これをダンスに当てはめてみます。たとえば、男子、壁斜めに面して左足を一步前進というような場面です。ダンスを踊る人は、特に疑問を持つこともなく、フロアでの動きを想像できます。

ところがこの「一步前進」の「一步」が何を示しているか詳しく示してくださいと言われて初めてアレツと思うことはありませんか。

【一步の疑問】

今はあまり見かけませんが、フロアにチョークで各ステップの足型を描きその上をなぞっていけばフィギュアが覚えられるというような場合ですね。ところで、開始と終了時点、そしてその間の動きをとらえなければ一步の全体像をつかむことができないと考えると、片足の体重移動時だけを意識しているのでは不十分で、一步の動きを分解した分析が必要です。一步の質を高めるには、従来の教本の表記に変わる新しい見方が必要になります。

【センター・バランス】

これを解決するものとしてダンススポーツ教本（WDSF 教本日本語版）には多くの先進的なダンス技術が解説されています。その一つにセンター・バランスがあります。これはボディ・ウエイトが両足に均等に乘った状態を示しています。

【足の位置】

センター・バランスの意識は足の位置を理解する上で欠かせません。足の位置は片方

の足がもう一方の足に対して各ステップの初めと終わりにどこにあるかを示します。新教本で新たな表記として威力を発揮しているのは各チャートで足の位置がセンター・バランスを中心にその前後の二段階で表記されていることです。

- ・センター・バランスまで
- ・センター・バランスからリカバリーまで

リカバリーの段階でのステップの最終位置を示す用語は種々ありますが、最もよく使われるのはボディ・リカバリー、フット・リカバリー、足に体重などです。

【一步の分解】

各ステップを分解した二段表記は足の位置だけでなく、肩と腰のローテーションのタイミングなど体の動きに関連しています。

音楽と調和したダンスを演技するには「たかが一步されば一步」の解釈が大きな注目点となります。

LINEの友だち登録のお願い

千葉県ダンススポーツ連盟ではJDSF会員の皆様に情報を迅速に直接お届けするために、LINEの公式アカウ

ント「JDSF千葉」を開設いたしました。

現在の登録者数は250名ほどですが、三笠宮杯のライブ配信の情報や千葉県選手の活躍速報などをお届けし、好評をいただいています。既に登録を済ませた方はダンスの仲間にも声を掛けていただき、より多くの方に登録（友だち登録）をしていただきたくお願いいたします。

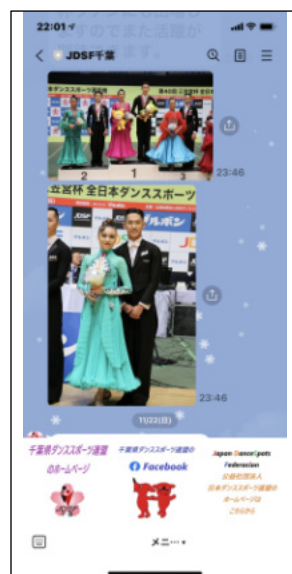
友だち登録をする場合は、スマホから左のQRコードを読み込んでください。LINEのアカウントをお持ちでない方は、事前にLINEの登録を行ってください。LINEは無料で登録できます。

JDSF千葉
QRコード



このスマホの方には
トウヒールフラット
のホームページと友だち登録
ができます

<https://lin.ee/z2Vpr4T>



LINE公式アカウント
【JDSF千葉】
このLINE画面から千葉県連盟やJDSFのホームページを見に行くことができます

ダンスのことならお任せください！
ダンス&シューズ アユザワ

- ★足に合わせて靴を修理・調整 (要予約)
- ★ドレスのオーダー・石付け (セシス抜群！要相談)
- ★人気の手作りアクセサリー (ブローチ・イヤリング等、多数)

習志野市大久保3-14-1 京成大久保駅から徒歩7分
TEL047-472-0581 営業時間 10時～19時 日曜定休
ホームページ: www.ayuzawa.net
<http://ayuzawa.net/>

i dance studio cocola 心々楽
こころ

i・ダンススタジオ&Cafe
心と体に優しいランチ
充実したレッスン内容
袖ヶ浦市蔵波台7-14-4
TEL 0438-38-6533

カフエ: 木曜・日曜
スタジオ: 木曜
定休日
カフエ: 10時～17時
スタジオ: 10時～20時
(但し18時以降は要連絡)

募集
あなたが持つのスキルをお貸しください。
そのスキルでダンススポーツの普及と発展のため、一緒に活動してみませんか。
提供していただきたいスキル
・ホームページ・SNSなどWeb関連
・広報紙などの編集・文書作成
・競技会などの写真撮影
専門家でなくても趣味レベルでOKです。
ボランティアが基本です。
広報部: kossie2006@gmail.com

コロナの時にこそYouTube

ダンス動画を楽しもう

2020年は、コロナの影響で、競技会やダンスパーティーがほとんど中止になってしまいました。また、公民館は今も利用制限があるところが多く、サークル活動もこれまでのようにはできなくなりました。踊ることができないこのような時こそ、YouTubeを活用してダンスを楽しんでみてはいかがでしょうか。

【競技会観戦】

11月20日・21日に開催された第40回三笠宮杯全日本ダンススポーツ選手権は無観客で開催され、はじめてYouTubeでライブ配信されました。その視聴回数は、1日目が約8万回、2日目が約7万回と、多くの人が視聴しました。海外の競技会は日本より早くYouTubeでの配信が行われるようになり、多くの大会を視聴することが出来ます。

【プロのレッスン動画】

プロのレッスン動画もたくさん掲載されています。ステップごとに説明をしているものも多く、有名無名のプロが惜しみなく踊り方のノウハウをわかりやすく解説してくれて

います。繰り返し見ることが出来ますので、興味のあるところは、何度も見て吸収することが出来ます。海外のレッスン動画も見ることが出来ます。通訳があればわかりやすいのですが、まだ、そのようにはなっていません。

【YouTubeの見方】

YouTubeを開き、三笠宮杯ならば「ダンススポーツJAPAN」、海外の競技会ならば「WDSF」、レッスン動画ならば「ナチュラルトーン」などのステップ名で検索すると、候補が出てきます。あらかじめ、URL（アドレスのようなもの）が分かっている場合は、直接そこにアクセスすることも出来ます。

【料金】

YouTubeは、基本、無料です。最近では、有料コンサートのようにあらかじめ料金を支払って視聴するものもありますが、今のところ、ダンスのYouTubeは無料です。

【ダンススポーツJAPAN】

三笠宮杯の配信は、ダンススポーツJAPANというチャンネルで配信しています。こ

のダンススポーツJAPANは、私たちの上部団体であるJDSFが運営している公式アカウントです。運営を始めたばかりなので配信されている動画数は少ないのですが、三笠宮杯のほか、東部日本学生競技ダンス選手権、スタンダードやラテンのトレーニング法（オンラインPトレ）、ラテンのトレーニング法などを視聴することが出来ます。

【往年のチャンピオンの動画】

今から50年前の踊りを見ることも出来ます。「Peter Eggleton」と検索すると、1970年の世界チャンピオン「ピーター・エグルトン」の踊りを見ることが出来ます。半世紀前の踊りを見るのも興味深いものがあります。皆さんの知っているチャンピオンの名前で検索してみてください。広報部 奥田敏行



ダンススポーツJAPAN

<https://www.youtube.com/channel/UC3Yz5ZyGGkF0vKW6Y5n62Q>

トウヒールフラット印刷物配布の中止

2002年から18年間、千葉県ダンススポーツ連盟の広報機関紙としてトウヒールフラットを発行してきましたが、36号をもって印刷物の配布を中止いたしました。

誠に残念ではありますが、情報の発信手段の主役は印刷物からインターネットに移り、新型コロナウイルスによってその速度は加速されています。また会員の減少によるコストの問題も大きな要因となっています。

印刷物の配布は中止しましたが、トウヒールフラットの発行は継続いたします。今回の37号からはホームページでのWeb配信となります。印刷物が必要な方はお手数ですがお手持ちのプリンターで印刷してください。

会員の皆様には是非ご理解いただき、今後ともトウヒールフラットをご愛読ください。

広報部長 興水洋一

注：パソコン・スマホでトウヒールフラットをご覧になる場合、URLにはリンクが設定されていますので、クリックまたはタップすると該当ページの画面が開きます。

2021年 千葉県ダンススポーツ連盟競技会開催予定

- 3月28日 第31回千葉南支部DS競技大会(市原緑地運動公園臨海体育館)
- 4月11日 第19回千葉中央支部DS競技大会(千葉公園体育館)
- 5月予定 第22回千葉県DS選手権大会(成田市体育館)
- 6月20日 第17回千葉市DS競技大会(千葉公園体育館)
- 7月予定 第19回千葉東支部DS競技大会(成田市体育館)
- 9月18日 第27回千葉北支部DS競技大会(松戸市運動公園体育館)
- 9月26日 2021印旛郡市DS競技大会(富里市社会体育館)
- 10月予定 第42回千葉県DS競技大会・ジュニア選手権(福太郎アリーナ)
- 12月5日 第18回千葉西支部DS競技大会(福太郎アリーナ)

注：開催日および会場が変更になることがありますのでご注意ください

千葉県ダンススポーツ連盟

〒264-0025 千葉市若葉区都賀3-24-1
都賀MTビル306

TEL 043-497-6127

FAX 043-497-6172

事務員勤務時間 平日 12時～16時

<http://www.chiba.jdsf.or.jp/>

E-mail jdsf-chiba@orange.plala.or.jp

編集構成 千葉県ダンススポーツ連盟広報部