



ダンス…世代を越えた生涯スポーツ 第41号

トウヒールフラット

ダンス NEWS

3年ぶりのクリスマスダンスパーティー

千葉県ダンススポーツ連盟のクリスマスパーティーが3年ぶりにTKPガーデンシティ千葉にて開催されました。



連盟会長のあいさつと、島本長範副会長の乾杯でディナータイムが始まります。美味しいコース料理も終わりに近づいたところ、古川靖人副会長より3名の技術認定会合格者の紹介がありました。



技術認定会合格者（中3名）

第一部は踊って楽しむ時間です。ダンスタイムをはじめトリアルやミキシング、色ごとに交代で踊る4色トリアルなどで、たっぷり3時間半、手指消毒をしながら楽しく踊っていただきました。

第二部は渡辺英美千葉県DS



渡辺会長



島本副会長

ダンスタイムを挟んでお待ちかねの海老原竜太・須田美咲組による華やかなダンスショーが始まりました。海老原・須田組は今年の千葉県選手権ラテンで優勝、千葉県大会A級戦ではラテン・スタンダード共に優勝と大活躍でした。また、7月の指導員研修会では講師を務めていただくなど、県の活動に大いに協力していただきました。ダンスショーはスタンダード・ラテン7種目を踊って



ただきました。合間にはサプライズで竜太さんがハワイアンフラを披露されました。素晴らしいフラに、会場からは大きな拍手が沸いていました。フラもコンペで好成績を収めているようで、まさに二刀流ダンサーです。アンコールは感情の籠ったルンバで会場を魅了し、本日のパーティーを締め括っていただきました。



終了後、海老原竜太・須田美咲組からは「この日がカッパルとして最後のダンスなので、精いっぱい踊らせていただきました。」とのコメントをいただきました。道は分かれても、お二人の今後の活躍を期待しています。引き続き皆様の応援もよろしくお願い致します。



関東甲信越ブロック選手権 千葉県で開催

第22回関東甲信越ブロック選手権大会が9月25日、千葉ポートアリーナに280組の選手が集まり盛大に開催されました。

本大会は、関東甲信越ブロックが主催し、1都9県で順番に開催していますが、新型コロナウイルスの影響により、今回は3年ぶりの開催となりました。久々の開催で大会の盛り上がりが懸念されましたが、多くの観客と選手に参加していただき、熱戦が繰り広げられました。



宮内秀幸・宮内久美子組

開会式では宮内秀幸・宮内久美子組（千葉県）が選手宣誓の大役を務めました。

ブロック選手権のラテンは、Tudor Andrei・吉川あみ組



Tudor Andrei・吉川あみ組



守屋駿・盛田舞香組

（東京都）が、スタンダードは、守屋駿・盛田舞香組（神奈川県）が優勝しました。



この大会のもうひとつの見どころである団体戦は、東京都が総合優勝し2連覇を果たしました。



演技披露があり、ダイナミックでアクロバティックな動きだけ

でなく、音楽と一体化した多彩なステップで会場を魅了していました。来年は、埼玉県川越市で開催される予定です。

千葉県DS選手権プレジュニア 関東甲信越B選手権シニアIII

8月13日、「第17回千葉県ダンススポーツ選手権プレジュニア大会」及び「関東甲信越ブロック選手権シニアIII（後期）」が、成田市の中台体育館で開催されました。



児山遥都・柳麻希子組

また、同日開催されたA級戦では海老原竜太・須田美咲組（エビハラダンススタジオ）がラテン・スタンダードとも優勝しました。

大会当日は台風が接近しており大変な中での開催



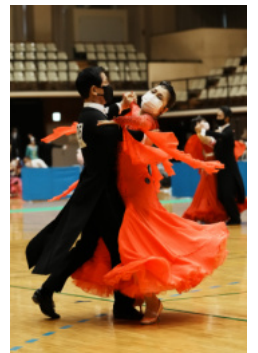
海老原竜太・須田美咲組

千葉県選手権プレジュニアはラテン、スタンダード共、児山遥都・柳麻希子組（栃木県）が優勝しました。また同組はプレジュニアIIIのラテン・スタンダードも優勝し活躍の一日でした。

関東甲信越ブロック選手権シニアIIIでは、ラテンは清水淳・清水日奈子組（茨城県）が優勝し、スタンダードでは



清水淳・清水日奈子組



岩瀬純夫・岩瀬恵里子組

岩瀬純夫・岩瀬恵里子組（東京都）が優勝しました。

となりました。また、今大会はコロナ第7波のピークでの開催となり、また、特にジュニア部門でのエントリーが少なかったのが残念でしたが、参加していただいた選手の皆さんは元気よく踊っていました。来年は多くのジュニア選手がエントリーしていただくことを期待しています。

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://studio-platz.com
1階 広いフロア 正味91坪
2階 多目的スタジオ3室
10:00~22:00 年中無休
入場料 1,000円 入替無

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

NTホール
千葉市越前町1701-4
☎043-295-8485 近藤
1,000円 11回目無料
12:00~22:00入替無
月曜日定休

畳・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（畳一級技能士）
〒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 税別
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

JDSF千葉からのお知らせ

指導部通信(第1号)

本号から指導員に関連する情報をお伝えするコーナーを作りました。主に、活動の実績とこれからの計画、予定をお知らせします。

《これまでの活動内容》

(1)2022年度第1回公認指導員研修会

7月18日(月祝)船橋アリーナ
コロナ禍で中止していたために3年ぶりの開催となりましたが148名の参加があり



第1回公認指導員研修会(講師:海老原竜太・須田美咲組)

ました。
講師に若い海老原竜太、須田美咲組を迎えてレクチャーと実技を交えて3時間行ってきました。

海老原・須田組は、10ダンスーとして活躍されていますので、スタンダード、ラテン両部門のベーシックを中心に進めてもらいました。

(2)2022年度新規指導員

B級昇級講習会・選考試験

講習会:9月10日~10月20日

選考試験:11月1日~11月30日

昨年に引き続きWeb方式での開催となりましたので、講習会は自己学習、実技試験は動画提出、筆記試験は受講者宅実施とし、面接試験のみ対面方式で行いました。

参加者、新規が7名、B級昇級が3名で、その内、千葉県外の方が7名でした。県外の方が多いのはWeb方式の長所ですので、今後もこの方法で行っていきます。

《今後の予定》
(1)2022年度第2回公認指導員研修会

2023年2月25日(土)13時~16時。船橋アリーナ

参加費は2千円(但し、指導員以外の方は、3千円)

今年度2回目の研修会です。講師に三笠宮杯Sチャンピオ

ンの小嶋みなど、盛田めぐみ組を迎えてスタンダードの基礎動作を中心に開催します。



多くの方の参加をお待ちしております。

本研修会は、指導員資格者を主な対象者としていますが、資格をお持ちでない方も参加できます。

指導員資格更新に必要な研修会ですので、更新を希望されていて今年度(2022/4~2023/3)まだ受講していない方は必ず受講して下さい。
(2)2023年度公認指導員研修会

6月と11月の2回の開催を計画しています。いずれも場所は、船橋アリーナ多目的室です。日程が決まり次第、皆さんにお伝えします。

(3)2023年度新規指導員、

B級昇級講習会・選考試験

Web方式で開催します。開催時期は年度の上半期を予定していますが、日程が決まり次第、皆さんにお伝えします。

指導部長 島本長範

リアルタイム採点システム導入

今年度より千葉県ではリアルタイム採点システムでの競技会運用を始めました。

『リアルタイム採点システム』とは、競技会の進行の効率化を図ることの出来るシステムです。これは、審判員の審査データの取り扱いを、無線LANを利用した操作端末を用いることで実現しています。従来のペーパーを使用した採点管理方式ではその運用を、審査票の準備・回収及びその後の入力処理といった、煩雑で非常に間違いが生じやすい処理手順を、多くの人手を使って実施してきました。これを、パソコン技術を元に、各審判員から審査結果を直接入力できるように改善されたシステムです。

リアルタイムとは別に、最近では大会プログラムに印刷されているQRコードを読み込む事により、審査結果を直ぐにスマホで見ることが出来ます。現在参加選手が利用していますが、今後コロナが終息し皆さんが観戦にいらした際にも利用できますので、是非ご活用ください。

登録・資格管理部長 皿良隆博

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(セパレート!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、3種)

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~17時 日曜定休
※コロナ禍において、営業時間を短縮しております
ホムペ: www.ayuzawa.net

i dance studio cocola 心々楽
ココラ

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

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

毎日オンラインレッスン
自宅DEダンス
エクササイズ

月額5000円

1週間の無料トライアルプレゼント!

QRコードからアクセスされた方へ

オギハラダンススクール 050-1306-0395
原田 浩樹・江本 幸希子
E-JDSFスタンダード部員 ogihara.ds@gmail.com

<https://sites.google.com/view/s-n-dance-room/>

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割引に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ください

営業時間:午前10時~午後6時
定休日:日曜日・祭日・月曜日

〒290-0006千葉県市原市宮宮2-19-3
「館山信用金庫市原支店」筋向い
TEL・FAX 0436-43-4892(川越 きぬ枝)

JDSF オンライン会員登録はお済みですか？

世のデジタル化の波は避けられず、いよいよダンス界にもやってきました。JDSFでは2023年度からJDSF会員登録がデジタル化されます。パソコン（以下、PC）やスマートフォン（以下、スマホ）をお持ちの方でオンライン会員登録がお済みでない方は、速やかに登録手続きを行ってください。

オンライン会員登録を行うと、従来の紙の会員証がデジタル会員証に代わり、便利な競技会のオンラインエントリーが可能になります。ただし、新規会員の登録や既存会員の登録更新手続き、退会や引退手続、カップル登録などはオンラインではできませんので、従来どおり、サークル経由で千葉県DS連盟に申請をしていただくこととなります。

PCやスマホをお持ちでない方は今回のオンライン会員登録はできませんので、デジタル会員証にはなりませんが、何らかの方法で会員証は発行される見込みですのでご安心ください。また競技会のオンラインエントリーはできませんが、新しいエントリーシート

ご覧ください。

【PCによるオンライン登録】

JDSFのホームページから、「競技会」を選択し、「スタンダード&ラテン競技会予定・結果」の「直近（前月）」を選択、会員専用ホームページが表示されるので、画面右上の「新規登録」を選択する。以下、スマホと同じ手順になります。

【よくあるエラーの原因】

① 会員番号は必ず6桁を入れる。頭の0を省略しない。

② 生年月日がエラーになる場合は、JDSFに登録してある生年月日が誤っているか、登録していない可能性があるか、この場合は現在の会員登録を確認し、修正または登録の申請を千葉県連盟経由で提出する。オンラインでの修正はできない。

【オンライン会員登録で出来ること】

- ・デジタル会員登録の表示
- ・競技会のオンラインエントリー
- ・競技会成績の確認
- ・自分の昇降級状況の確認
- ・年度末の昇降級の会員証への反映
- ・注：オンライン画面から変更できる項目は「メールアドレス」と「送付先」のみです。

1月開催の競技会より新しいA4横のエントリーシートをお使いください

新しいエントリーシートはJDSFのホームページから次の手順でダウンロードできます。

TOPページから、「JDSFについて」を選択、「定款・規程の各様式ダウンロード」の中の「競技会出場関連」を選択し「2023 競技会出場申込書」をダウンロードする。

オンラインエントリー対象競技会について

このシステムでオンラインエントリーができる競技会は競技会情報の開催月日欄の記号が「○」になっている競技会のみです。「△」は会員サービスセンター所属選手のみが利用できます。

記号が空欄となっている競技会はオンラインエントリーができませんが、東京都主催の競技会とJDSF・PD主催の競技会は独自の方法でオンラインエントリーが可能です。場合によっては、シラバスを確認してください。

スマホによるオンライン会員登録の手順



- 手順1. 作業に入る前に次の事項を確認しておく
- ① スマホのメールアドレス
 - ② 8文字以上のパスワードを決めておく
 - ③ JDSF会員番号（6桁）
- 手順2. 「JDSFアプリ」をスマホにインストールする
iphonはAppストアから、AndroidはPlayストアから
- 手順3. 「JDSFアプリ」を開く
- ① 三本線のメニューアイコンから「新規登録」を選択
 - ② スマホのメールアドレスを入力
 - ③ 利用規約に「同意する」にチェックを入れ
 - ④ 「送信」ボタンを押す
- 手順4. スマホのメールアドレスに仮登録メールが送られてくるので、メールに記載されているURLにアクセス
- 手順5. 本人確認のため「JDSF会員番号」「氏名」「生年月日」を入力し、「次へ」のボタンを押す
- 手順6. 必須項目を入力
- ① 送付先の「住所」「電話番号」「宛名」を入力
 - ② あらかじめ決めておいた「パスワード」を入力
 - ③ 「次へ」のボタンを押す
- 手順7. 「登録内容」が表示されたら確認して「登録する」を押す。「登録完了」の画面を確認して終了

注：利用ガイドはメニューアイコン「利用ガイドPDF」で閲覧できます。



三笠宮杯ラテン第3位 海老原拳人・タカギルナ組

三笠宮杯で活躍する千葉県選手

第42回三笠宮杯全日本ダンススポーツ選手権が、11月19日・20日に川崎市とどろきアリーナで開催されました。今年は久々に人数制限のない大会となり、多くの応援の中、熱い戦いが繰り広げられました。

今年の三笠宮杯は昨年優勝の藤井創太・中村安里組の欠場や、カップル解消などにより昨年活躍した千葉県選手の見られないのが少し残念でした。しかし今年も活躍してくれた千葉県選手がいますのでご紹介いたします。

【三笠宮杯全日本ダンススポーツ選手権ラテン】
第3位 海老原拳人・タカギルナ組

【U・25オールジャパン・ダンススポーツカップスタンダード】
準優勝 木下将希・小西乙愛組

【全日本ダンススポーツ選手権ジュニア スタンダード】
第4位 足立拓海・佐藤叶望組

【全日本ダンススポーツ選手権ジュブナイル ラテン】
第3位 齊藤有音・柴田莉奈組

第5位 足立博海・吉村城音組

第8位 吉岡裕太・加藤向葵組

【全日本ダンススポーツ選手権ジュブナイル スタンダード】
優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

準優勝 足立博海・吉村城音組

第5位 吉岡裕太・加藤向葵組

優勝 齊藤有音・柴田莉奈組

都道府県対抗戦報告

《関東甲信越ブロック選手権》
9月25日に千葉ポートアリーナで開催された「第22回関東甲信越ブロック選手権」の団体戦



関東甲信越ブロック選手権団体戦

体戦で、千葉県チームは惜しくも表彰台は逃しましたが、シニア選手が奮闘し総合4位に入賞しました。

《ねりんピック》
11月13日に川崎市のカルッツ川崎で開催された「ねりんピック」が、千葉県チームと千葉市チームの2チームが参加し、それぞれ健闘しましたが残念ながら入賞には至りませんでした。

ねりんピック今後の開催予定
2023年 愛媛県
2024年 鳥取県
2025年 岐阜県

ねりんピックには男女とも60歳以上の方が参加できます。

ねりんピック千葉市チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

ねりんピック千葉県チーム

《千葉県チームメンバー（種目）》

【関東甲信越ブロック選手権】

- 海谷 昌弘・小田喜 佐和子組 (S)
- 加藤 文雄・石坂 ひろ美組 (C)
- 吉田 明利・吉田 数江組 (R)
- 安部 邦斗・安部 美咲組 (P)
- 佐藤 貴也・竹内 緑組 (J)
- 宮内 秀幸・宮内 久美子組 (W)
- 土屋 寛敏・土屋 和美組 (T)
- 足立 拓海・佐藤 叶望組 (VW)
- 冬野 秀和・冬野 朋子組 (F)
- 栗林 秀哉・片岡 純子組 (Q)

【ねりんピック千葉県チーム】

- 志賀 龍二・志賀 理恵組 (C)
- 小原 義明・小原 かおる組 (R)
- 林 哲司・林 美代子組 (W)
- 西山 隆・石金 美津子組 (T)

【ねりんピック千葉市チーム】

- 原 義徳・渡辺 美智子組 (C)
- 栗田 和夫・向後 玲子組 (R)
- 林田 肇司・林田 正子組 (W)
- 島貫 正夫・島貫 祐子組 (T)

船橋ピラティス教室 アップターン船橋

初心者大歓迎！50代以上中心
踊りやすい体幹を作りたい方、
ダンスを進化させたい方にお勧め
グループレッスン毎週木曜日
10:00～初級／11:20～中級
1レッスン50分 2,500円
(JDSF会員初回500円OFF)
個人・カップルレッスンあり応相談

京成船橋駅から徒歩5分
船橋本町3-2-2 StudioPacks内S4ルーム
問合せ先 ☎090-5213-1579 久保田ケンイチ

<https://www.k-grounding.space/>



ねりんピック 千葉市チーム



ねりんピック 千葉県チーム

ダンスのテンポとタイミング

千葉県ダンススポーツ連盟名誉会長 金城庸夫



ダンスを踊った観戦したりする心地よさ

や感動は音楽に合わせて体を動かし、表現したりする点が大要素の一つ

競技として踊るダンスにはワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャなど10種類のダンスがあります。

ダンス音楽のテンポは1分間に演奏される小節数で示されますが、ここで各種目のダンスがどんなテンポで演奏されるかクイズ形式で見てください。

以下の▼は、問を表します。

【10ダンスのテンポ】

▼最も遅いのはどの種類のダンスでしょう。

▽▽スロー・フォックスはスローとついているのでこれかなと思うと実は違うのです。答えはルンバです。25〜27小節で踊られます。

▼同じ速さで演奏されるダンスってあるのでしょうか。▽▽あります。

ワルツとスロー・フォックスが同じ、また、クイックステップとサンバも同じです。前者は28〜30小節、後者は50〜52小節です。

▼最も速いのはどのダンスでしょう。

▽▽クイックステップではなくパソ・ドブレです。60〜62小節です。

【拍子】

ワルツとヴィエニーズ・ワルツは4分の3拍子、それ以外のダンスは4分の2拍子が4分の4拍子です。

【カウントの表し方】

ワルツは3拍子で123の様

に数字でカウントしますが2拍子や4拍子のダンスはS/Qや数字カウントで踊られます。ただ、ルンバやチャチャやパソ・ドブレは数字タイミングのみで踊られます。サンバやジャイブはどちらも使われます。

また、音楽構成に合うように1から8までの数字を使うコリオグラフィック・タイミングもあります。

【小節とS/Qカウント】

Sカウントは1小節を2分割

した長さを表します。そのため4分の4拍子の場合は2拍(・・)、4分の2拍子の場合は1拍(・)をSと数えます。QはSの半分の長さです。

【&とa】

&とaのタイミングはすこし複雑ですが、前のステップのカウントから切り取って使います。&は2分の1拍(タンゴは4分の1拍)、aは4分の1拍です。ここで問題です。

▼S&SとQ&Qのそれぞれ3歩のステップの場合、前者の&と後者の&は第1歩目から切り取る長さは異なりますか。

▽▽&は前のステップの半分を切り取ると考えるとうまくいきません。Qの半分の長さと同じです。

▼サンバのSaSとジャイブのQaQのaは同じ拍数ですか。

▽▽サンバは4分の2拍子、ジャイブは4分の4拍子ですが、同じ4分の1拍です。

この音を分割するシンコペーションを、種目に合わせて注目するのも興味深いですね。

投稿コーナー《ダンスと私》

ダンスとの出会い

千葉県中央支部 志賀龍二

十数年前、公民館のダンス教室の申し込みを妻に頼んだのがダンスとの付き合いの始まりでした。

若い頃は組合主催のクリスマスダンスパーティーに数回の講習の後、駆り出されて

壁の染みになりきり2時間居ても踊らなかつた事もあり、ダンスコンプレックスがとても強かったです。それがテレビで「シャルウィダンス」



今(ねんりんピックにて)



昔(ダンスを始めたころ)

うちの奥さんもやるの？ 聞いてないよ！

新入会員約10名、2年生以上約20名でプロの先生が1名で教え、新人用ラジカセと2年生以上用ラジカセが同じ会場バラバラに練習曲を流すという、今ではあまり見かけない講習方式でした。当時の私はダンス音楽を聞き分ける能力が極端に低く、どの曲も

同じように聞こえており特に出だしには苦労していました(今でも時折この状態に逆戻りしますけど)。また、カウントをしてももらっても、な

んでそれが1なのか2かが分からず、妻に助けられながらダンス音楽を聴き続ける毎日でした。マンボ、チャチャとブルースから始

めたと記憶していますが、新鮮な体験でとても楽しく充実した時間を教室員全員で共有出来ていたと思います。

ダンス教室の初日、少し緊張して出掛けようとした私に妻が私も申し込んだので一緒に行くからとのこと。エッ、

一年後パーティーデビューを果たしたのですが、サークルの仲間以外と踊るミキシングの時、どうしてもかみ合い

突撃！ダンス何でも解決隊

ダンスシューズの選び方

あなたは本当に満足しているダンスシューズを履いて踊っていますか？



こんにちは！ダンス用品を販売しておりますダンス&

ティーや競技会で会うことがあり一瞬であの頃に戻ります。暫くして千葉公園体育館で行われた競技会を観戦する機会があり、全身全霊で踊る迫力や美しさ、いつまでも見ていたいと思わせるパフォーマンスに感動し、妻の賛成を力に競技にチャレンジすることになりました。

今は競技会が中心で、仲間も増え参加するのが楽しみになっています。十数年前と比べると身体の故障は多いものの、自由時間も多いので余裕を持って頑張りすぎずに健康のためのダンスを心がけたいと思っています。

競技会について一言

《成績はその日の体調と運次第》
結果をあまり気にしないで楽しみましょう。

まずは男性、女性共にダンスシューズを求めたい方の選択肢です。
単純ですが次の様になります。
①サイズ・ワイズ・ヒールの高さ が自分の足にフィットするもの
②デザイン・色の好み
③ご予算
しかし、ダンスの経験者であるシューズフィッターさんのアドバイスなしでお買いになると、殆どの方が足に合っていないシューズを買ってしまいます。自分で選ぶなら、その場で最低5足くらいの種

類のシューズを履いてからお買いになられた方が良いと思います。

自分がこの靴が合っているのかどうか良くわからない方が殆どでしょう。私から見ていない靴を履いている方が多いようです。

次の選択肢は、ご自身の現在のダンス経験や将来のダンスに対しての目的を指標にすることです。

- A サークルのみ 初心者 (1〜5年)
- B 中級 (5〜10年)
- C 上級 (10年以上)
- D プロの教室で週2回以上レッスンを受けている
- E 競技会を目標に、又は現役選手である (プロ・アマ共)
- F 年齢

これらの情報を伝えてダンス経験者の販売員にアドバイスを受けると良いです。

最後にあなたの足型が選んだシューズの木型・サイズ・ワイズ・甲の高さが合っているかどうかです。一般のシューズは全体が少し大きめの方が良いかもしれませんが、ダンスシューズは大きすぎても小さすぎてもいけません。

次の事を試して下さい。
一つは小さくないかのチェックです。左右のシューズを履いてボール・ヒールを床に着

けたまま立ち上がって、体重を乗せてください。この時に指先が当たっていないか、指の関節部分が曲がっていないか、アッパーに指の盛り上がりがないかをチェックしてください。同時に踵に押されるような圧力がかかっていないかも確認してください。

もう一つは大き過ぎないかのチェックです。そのまま両足でライズしてください。ワルツの1の後半から3の始めまでの動きです。それが何なのか分からない方は単純に背伸びしてください。バランスが保てない方はどこにつかまってください。その時、特に女性は踵が下に落ちないか、男性は踵がついてこなくて抜けそうにならないかをチェックしてください。

今回は自分で自分に合ったシューズの選び方をお伝えしました。足の形は一人一人お顔が違うようにすべての人が違います。今回はもう少し細かくあなたの足に関するアドバイスを、今お履きになっているシューズの悩みの解消方法をお伝えしようと思っています。

最後まで読んでいただきありがとうございます。

ダンス&シューズアユザワ
代表取締役 鮎澤洋

今年度より千葉県選手権のシニア部門を開催

2023年より千葉県ダンススポーツ選手権シニアII・シニアIIIを開催します。現在、千葉県の選手権大会は一般級とプレジュニアについて、千葉県DS連盟の主催で行っていましたが、シニアの選手権は支部主催の競技会で、各支部持ち回りで開催します。

今年度は西支部大会でシニアII選手権を、東支部大会でシニアIII選手権を開催する予定です。要望が多ければシニアIV、シニアVの選手権開催に拡大していきたいと考えています。

現在のJDSF競技選手の年齢分布を見ると圧倒的にシニア層が多く、シニア選手が年を重ねても活躍できる競技会があれば、これを目標に健康に留意し、技を磨き、モチベーション高くダンスライフを楽しむのではないかと思います。

シニア選手権は千葉県のシニアチャンピオンを決める競技会なので、通常のシニア戦より競技種目を増やし、シニアIIは4種目、シニアIIIは3種目以上とします。また、優勝カップを用意するなど、選手権にふさわしい工夫をこら

し、魅力のある選手権を目指します。

この年齢区分の多くの方にぜひエントリーしていただき、シニアパワーで選手権を盛り上げていただければと思います。

なお、全国大会に出場すると、申請により補助金が出る市町村がありますが、選手権の成績は申請時に説得力のある実績になると思われます。

千葉ジュニアダンスクラブ で育った初のC級選手誕生

千葉ジュニアダンスクラブは、2009年千葉県DS連盟のジュニア育成の一環として発足し13年目になります。ダンスの楽しさを体験しジュニアアスリートを目指すものです。発足式では、ダンスチームみやおかジュブナイル4組による演技披露があり、この時、藤井創太選手は4年生でした。ジュニア育成基本方針をたて毎回、軸足で立つ、体の意識、股関節、肩甲骨の開閉等体の柔軟を図るエクササイズを行います。初めは親しみのあるデイズニーマーチでリズム運動、メレンゲ、マシボ、ジャイブ、ヒップホップも楽しみました。

ダンスコラム

「ダンスチームみやおか」で4名が表彰されました。

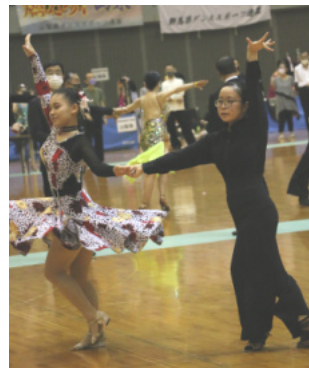


今年大活躍の藤井創太選手・中村安里選手が公益財団法人千葉県スポーツ協会から優秀選手として表彰されました。昨年の三笠宮杯ラテン優勝が高く評価されたようです。おめでとうございます。

佐倉市在住の足立拓海選手(中1)と足立博海選手(小3)が、佐倉市スポーツ表彰の表彰式で兄弟仲良く表彰されました。ダンスを頑張っているといいことがあります。おめでとうございます！



公民館文化祭等イベントの演技発表で達成感を体感し、いよいよ競技会デビューです。2016年3月県南支部ジュブナイルラテン。小1から小5の4組が決勝入り、2017年・2018年度と学年も上がり参戦は続きます。3年生以上の女子は男性役と女性役を難なくこなします。コロナ渦で中断もありましたが、5才から続けている高校生女子カップル、武田日和・萩原成海組が千葉県大会と関東甲信越大会のD級ラテンで



関東甲信越ブロックD級L優勝武田日和・萩原成海組

共に優勝し、ラテンC級に昇級いたしました。相手への思いやりのある正しいダンスを踊って、素敵なレディになつて貰えたら嬉しいですよ。ジュニア指導員 小原かおる

支部だより

千葉南支部 ダンスパーティー開催

《南の舞踏会》

10月10日に木更津市金田地域交流センターにおいて2022年2回目(通算7回目)のダンスパーティーが



開催されました。ドライアルを3年振りに実施し、まさに華麗なるダンスパーティーの復活となりました。コロナ感染防止を第一に考え検温・手指消毒・マスク着用をお願いし、座席はカップル・グループ単位で指定席としました。また、ダンスタイムもカップル・グループ単位に限定し、フリーダンスタイムは行いませんでした。

チケットは全て前売りとし、130名限定として、1週間で完売となりました。また、JDSF会員拡大の為、会員には2000円のキャッシュバックを行いました。最後の抽選会では参加者の半数の方に景品が当たるよう準備し大変好評にて閉会しました。次回は2023年3月26日を予定しております。

千葉南支部 後藤久江

《フレンズみなみ》

2022年12月4日、3年振り第2回目のダンスパーティーを木更津金田地域交流センターにて開催しました。(参加者130名)



検温、手指消毒、マスク着用)をお

支部大会など			
競技会	第9回松戸市DS競技大会 第28回千葉北支部DS競技大会	2022印旛郡市DS競技大会	第19回千葉西支部DS競技大会
開催日	2022年9月10日（土）	2022年11月3日（木祝）	2022年12月4日（日）
主催	千葉北支部	印旛郡市DS協会/千葉東支部	千葉西支部
会場	松戸市運動公園体育館	富里社会体育館	鎌ヶ谷市福太郎アリーナ
組数	173組（302区分）	122組（178区分）	283組（429区分）

願いし、チケットは全て前売り、座席はカップル&グループ単位で用意しました

念願のフリーダンス、正装・平服トライアル、ミキシング、女性全員参加の色分けトライアルを行い、タムテーブル通りの進行で4時間たっぷり踊っていただき閉会となりました。JDSF会員拡大の為、会員特典の200円キャッシュバックも行いました。

千葉県支部
中浦恵子

千葉北支部 定例講習会を振り返って 松戸市ダンススポーツ協会

当協会の設立、そして松戸市スポーツ協会（旧体育協会）への加盟の流れの中で、ダンスの普及・啓発、そして新たな愛好者へのPR等、どのような事業展開を、との強い問いかけに協会内で議論を尽くしました。当面、私どもと一心同体的に活動を共にしております北支部に指導等を仰ぎながら、競技会、ダンスパーティーの開催、そして現在、私どもが独自事業として推し進めております講習会開催を三本柱にする事にしました。

この独自事業も七回目を迎へ、最初は初心者を対象として開催しましたが、色々な課題（初心者募集しても経験者が多く参加等）に直面し、その都度講習内容を検討、変更しながら、現在は、経験者を対象にしたスタンダードに絞った講習会にしております。毎回、定数を超えた参加者で大いに盛り上がった講習会になっております。

スタッフは、私どもの協会加盟のサークルから、指導員資格者及び経験豊富な方々約六名が対応にあたり、参加者と一緒に踊ったりし、短期間

の講習の中で少しでも今後のダンスの取り組みにプラスになることを強く願いながらスタンプ同汗を流しております。



この講習会も回数を重ねる毎に心待ちにしている愛好者も増え、年1回（十一月頃、三日間）開催を複数回開催等の要望が寄せられ、協会として嬉しき・感謝と併せどのような対応ができるか検討を重ねてい

る所です。今後は、北支部の協力を得ながらより充実した講習会開催に向け邁進したいと考えております。

北支部管轄
松戸市ダンススポーツ協会
太田 孝

千葉西支部 月例ダンスパーティー

西支部は、2020年に月例パーティーを開催する計画を立てましたが、コロナ禍で2年間、実施することができませんでした。そして今年度、満を持して

スタートしました。

6月、7月、8月、10月と4回の月例パーティー、9月のチャリティーパーティーを加えると5回の開催となりました。

内容は、フリーダンスタイムのほか、ミキシング、ミキシングトライアル、トライアル、抽選会などとなっています。また、5回参加すると、6回目



目は無料になるといいうポイントカードを導入し、楽しみを増やしています。

西支部のパーティーは、男性9名程度、女性4名程度のアテンドを揃えている為、一人に参加した人にも好評を得ています。

12月は西支部ダンススポーツ競技大会があるため、11月と12月はお休みしましたが、1月以降は、次の日程で開催します。

是非、ご参加ください。

第5回 1月17日（火）
第6回 2月22日（水）
第7回 3月22日（水）
開始 午後1時
場所 船橋アリーナ多目的室

なお、参加者の皆さんには、感染予防の観点から、マスクの着用と手指消毒にご協力いただいています。ご参加の際は、宜しく願います。

千葉西支部 奥田敏行

千葉東支部役員研修会

10月20日、3年ぶりに千葉東支部の役員研修会を山武市のニュー大洋で開催しました。コロナが落ち着いてきたとはいえ、まだ完全に収まっていない中で研修会でしたので、参加者11名全員が当日の抗原検査により陰性の確認を行ってから研修会場に入りました。幸いホテルには他の客がいなかったため、貸し切り状態で安全にゆったりと施設が利用できました。

研修会のテーマは

- ① 会員を増加させるためには
 - ② 登録選手の減少を抑えるためには
 - ③ サークル活動を盛んにするために
 - ④ 社交ダンスの魅力を広く伝えるためには
 - ⑤ 支部役員の高齢化対策
- など、普段から取り組むべき課題について自由な発想でディスカッションを行いました。様々なアイデアが出され実現可能なものは今後の活動に取り入れることになりました。

また、支部だけでは取り組みが難しいものについては、JDSFや県連盟などに働きかけ、実現の道を探ることにしました。

JDSFへの働きかけとしては、競技選手の高齢化対策として、選手登録で一般級を引退し、シニア級だけを残すという仕組みができないかという案です。現在本部に投げかけていますが、システムの変更などがあり、直ぐには難しいようです。声を上げ続けていきたいと考えています。

県連盟への提案は、シニア競技会を盛んにするため、千葉県選手権にシニア部門を作



るという案で、これは理事会で承認していただき今年から実施することになりました。(7ページ参照)

大変に実りの多い研修会でしたが、最も盛り上がったの

LINE友だち登録のご案内

千葉県ダンススポーツ連盟はLINE公式アカウント「JDSF千葉」を開設しています。JDSF会員の皆さん、LINEで繋がりましょう。右のQRコードを読み込んでLINEの友だち登録をしてください。JDSFの情報やダンスのTV番組情報など、ちょっと役に立つダンス情報をお届けします。どなたでも登録できます。 <https://lin.ee/z2Vpr4T>



は研修会後の会食でした。日頃の理事会はNOO3が主なので、久しぶりの対面での会食に、夜遅くまで話しは尽きませんでした。

最後に、会場のニュー大洋はこじんまりした宿で、会議室も整っていて、なにより料理が美味しくお値段がリーズナブルなのが魅力です。今回は県民割の利用でさらにリーズナブルでしたが、研修会や手軽な家族旅行にお勧めです。料理の宿「ニュー大洋」

山武市本須賀3841-72
電話0475-84-1129

千葉東支部長 輿水洋一

《2023年 千葉県ダンススポーツ連盟行事開催予定》

- 2月25日 2022年度第2回公認指導員研修会（船橋アリーナ）
- 3月19日 第33回千葉南支部DS競技大会（市原市緑地運動公園体育館）
- 4月9日 第21回千葉中央支部DS競技大会（千葉公園体育館）
- 4or5月 第26回千葉県DS選手権大会（成田市重兵衛スポーツフィールド 中台体育館）
- 5月未定 千葉県ダンススポーツ連盟定時総会（未定）
- 6月未定 2023年度第1回公認指導員研修会（未定）
- 6月18日 第19回千葉市DS競技大会（千葉公園総合体育館）
- 7月未定 第21回千葉東支部DS大会（成田市重兵衛スポーツフィールド 中台体育館）
- 9月未定 第45回千葉県DS競技会（成田市重兵衛スポーツフィールド 中台体育館）
- 9月9日 第29回千葉北支部DS競技大会（松戸市運動公園体育館）
- 11月未定 2023印旛郡市DS競技大会（未定）
- 11月未定 2023年度第2回公認指導員研修会（未定）
- 11月23日 第14回習志野市DS競技大会（習志野市東部体育館）
- 12月3日 第20回千葉西支部DS競技大会（福太郎アリーナ）
- 12月24日 クリスマスダンスパーティー（TKPガーデンシティ千葉）

開催日・会場が変更になることがありますのでご注意ください

編集後記

41号は行事の報告に加えて、連盟からの伝達事項に多くの紙面を割くようにしました。また、できるだけ多くの方から原稿をいただき、ダンスに関する知識や情報を織り込むことにしています。その結果10ページとなりました。デジタル化により実現できたことだと思います。本紙に関するご意見などがありましたら、お聞かせください。（輿水）

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

編集責任者 輿水洋一