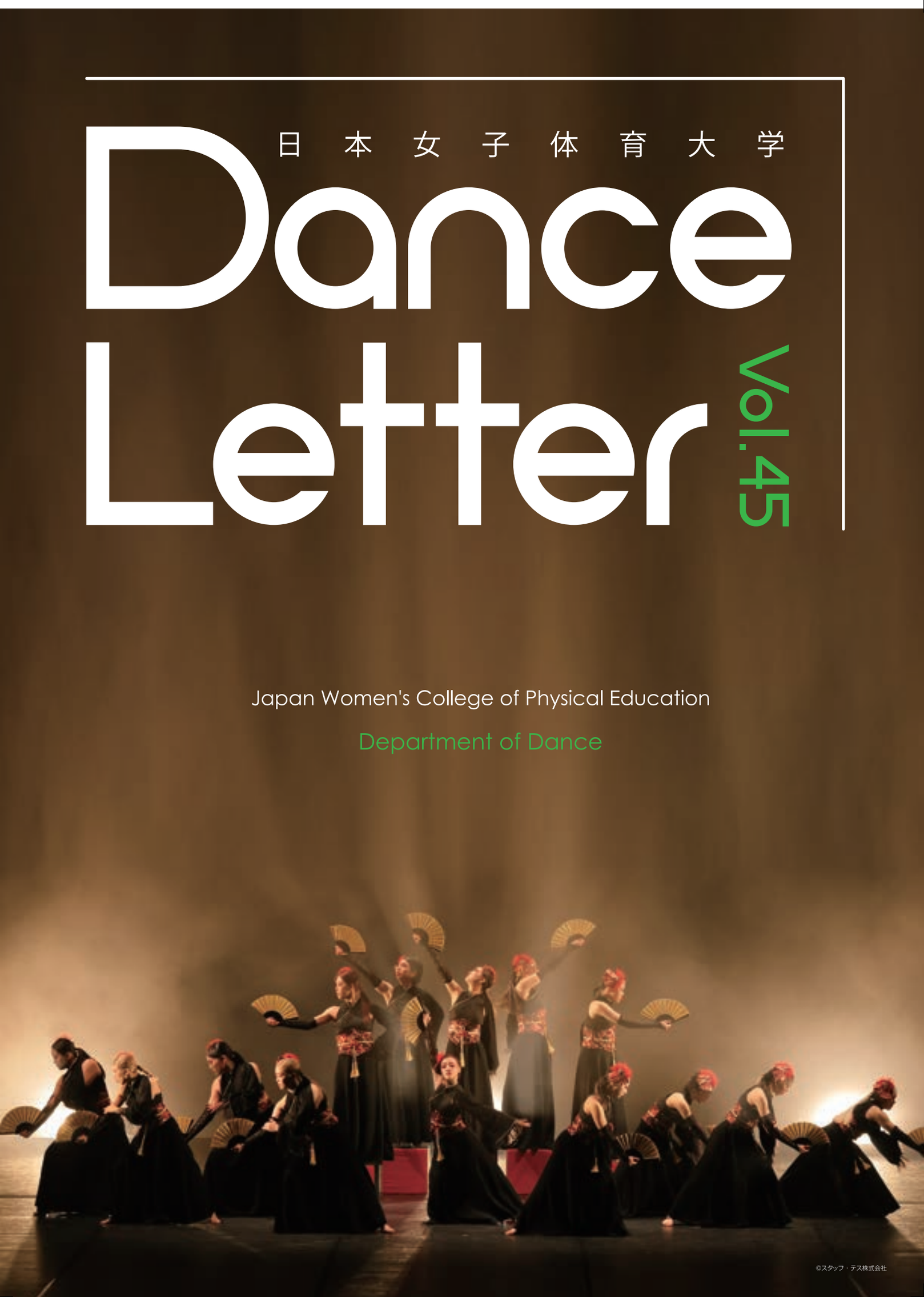
日本女子体育大学

Dance Letter

Vol.45

Japan Women's College of Physical Education

Department of Dance



©スタッフ・テス株式会社

Dance Letter Vol.45

3年生パフォーマンス

浮亀 美有（4年）　坂本研究室

昨年の4月から研究室の活動が始まり、初めて集まった仲間たちと一つの作品を創り上げていくことは、難しいと感じることもありながら、それ以上に沢山のことを学ぶことができた時間でした。今回私たちが創作した「零れ落ちゆくこころは、」は、一つの詩をコンセプトにしました。掬おうとしても手の隙間から零れ落ちてしまい、掴むことができない水を表現するため、群舞ならではの様々な構成の展開や、水が流れるような動きの連続、繊細かつ芯のある表現について探究していきました。作品の創作を重ねる中で、ルーツが違う14人で同じ表現を目指すということに難しさを感じ、題材に対してイメージのズレが生じることもありました。しかし、その都度皆でそれぞれの意見を共有し、表現したいテーマに沿った動きや構成になっているかを客観的に考えるようにすることで、作品も皆の気持ちも一つになっていったように感じます。本番ではお互いを感じ合いながら、作品の持つ世界観を創ることができたのではないかと思います。このような経験をさせてくださった先生方やスタッフの方々、支えてくださる皆様に感謝の気持ちを忘れず、4年間の集大成である卒業公演に向け、精進していきたいと思います。

荒井 麻央（4年）　髙野研究室

髙野研究室は個性豊かでアイディアに溢れています。今回の作品では「旧態齟齬（きゅうたいそご）」という題で「見えている物の中身を知ることで、その物の見え方や捉え方が変わる。」をコンセプトに創作しました。インプロヴィゼーションを学ぶ研究室であることから、作品中に即興で踊るシーンも取り入れました。私自身、振付されたものを踊ることはあっても、生ものである舞台で振付のない動きをするのは初めてだったため、とても新鮮でした。また、小道具として箱を使用しパフォーマンスを行い、箱とダンスの融合に挑戦しました。新しい動きを導き出すことにたくさん時間がかかりましたが、試行錯誤しながら自分たちが納得のいく動きを生み出せたと思います。

1年生の時に先輩方が出演する3年生パフォーマンスの舞台を見てから、あっという間に自分たちが出演する番になりました。この舞台に立っていることに、時間の早さを感じるとともに、卒業までラスト1年だという緊張感がさらに増します。卒業公演では、さらにレベルアップした髙野研究室をお届けできるよう、髙野先生のご指導のもと切磋琢磨してまいりますので、今後とも髙野研究室をよろしくお願いいたします。

佐竹 日和（4年）　松山研究室

私たちは7人という少ないメンバーで活動してきました。これまでに踊ってきたジャンルはバラバラで個性的なメンバーばかりですが、それぞれのバックグラウンドが違うからこそ、それぞれに別の良さがあり、唯一無二の個性を存分に光らせることができる環境だったと思います。

「やったことのないジャンルに挑戦してみよう。」という目標から7人全員での作品創りが始まりました。しかし、その「ないもの」をゼロから作ることが難しく、作品創りが難航することもありました。今回の作品創りを通して、頭の中のイメージを踊りにすることの難しさを実感しました。

奇妙さをキーポイントに、音楽･動き･道具、あらゆる部分に試行錯誤を重ね、本番前日まで動きのニュアンスを追求しました。どんなに迷っても「コンテンポラリーダンスという広い表現範囲の中で自由かつユニークさを追求する。」という点はぶれないように創作してきました。

来年の卒業公演が最後の研究室作品となります。研究室のスローガンである「伝説をつくる」を忘れずに、自分たちの記憶にもニチジョの記憶にも残る伝説を創っていけるよう頑張ってまいります。

荒木 菜月美（4年）　石川研究室

今回の3年生パフォーマンスを通して、大人数での作品創りの難しさを痛感しました。私たち石川研究室は、31人と非常に人数が多く、作品のイメージや曲など、話し合いをするのにも一苦労でした。31人となると、全員の意見を取り入れるのは難しく、誰かが我慢をしなければならない場面も多々あり、そこから不満が生まれてしまう事も少なくありませんでした。また、人数が多いからこそ、全体の場で発言する事ができなかったり、振付者に任せっきりになってしまったり、一部の人に負担が偏ってしまっていたりもしました。

それでも、良い作品を全員で創り上げたいという気持ちは全員で一致していたことから、時間が経つにつれ、一人一人が研究室の事を思っての行動や発言が多くなり、研究室内の雰囲気も良くなりました。ここだけは絶対に合わせようというポイントをいくつか決めたり、雰囲気を統一させるために表情を研究したり、大人数だからこそゴチャゴチャした印象で終わらないよう、細かいところまで揃える事を目標に練習に励みました。本番では、大人数でしか魅せることのできない構成や迫力を舞台で表現できたのではないかと思います。

3年生パフォーマンス後に行った反省会では、多くの改善点が出ました。今回の反省を活かして、卒業公演ではさらにレベルアップした石川研究室をお見せできるよう、日々精進してまいります。

杉村 心々虹（4年）　岩淵研究室

3年生パフォーマンスに憧れ、悩み考え研究室を選択し、気付けば3年生パフォーマンスが終わり、数ヶ月が経ちました。この期間に感じたことは、集団で1つのことを創り上げることの難しさです。1つのテーマを決定することも容易なことではなく、振付者とダンサーそれぞれの役割認識、一人一人が持っている個性を活かす場面とその個性を隠す場面、こんなにも考えることがあるのかと驚かされました。また、じっくりと時間をかけて試行錯誤するからこそ作品が出来上がり、踊りきったときに達成感を得られることも学びました。

私たちに残された大学生活は1年を切りました。何事にも情熱を注ぎ、真剣に向き合い、仲間に対して色々な感情が生まれ、それが作品という形に残すことができるのはニチジョでしか経験できないことだと思います。3年生パフォーマンスという場を設けていただき、本当にありがたい環境にいると実感しました。そして、先生方や助手さん方、またスタッフとして活動してくれた後輩の皆さんのおかげで3年生パフォーマンスを無事終えることができました。本当にありがとうございました。

武藤 有咲（4年）　渡辺研究室

『Les poupees qui dansent』フランス語で夜中に踊り出す人形たちというタイトルをつけて挑んだ3年生パフォーマンス。1·2年生の時と違い、ひとつのジャンルに重点を置き学ぶ「研究室」という新たな枠組みで始まった3年生。今まで関わったことがなかった同級生。目指すゴールは違えどもバレエを学びたい!という気持ちで集まった19人。作品作りを進めていくうちに自分も皆も初めてのことだらけで、苦しみ悩んだり、1人で涙を流したりした人もたくさんいたと思います。しかし今、本番が終わり大変で苦しかったマイナスな気持ちは全て消え、ただ最高に楽しかった喜びと、本番で袖に捌けた時に見た、舞台上でキラキラ輝いている皆の笑顔が頭から離れません。

人形という可愛いコンセプトに負けないよう、振付者は振付の所々にチャーミングなポイントを散りばめ、衣装係も悪戦苦闘しながら、全員が満足する形に辿り着くことができました。序盤の練習でのぎこちない空気から一変し、終盤の練習ではみんなで同じ方向を向いて取り組むことで作品を作り上げました。

今回の3年生パフォーマンスを行うにあたりご指導くださった渡辺先生、助手の皆さん、スタッフを担当してくれた後輩のみんな、学校まで足を運んで観に来てくださったお客さま、携わってくださった全ての方々のおかげです。本当にありがとうございました。

コロナ禍を乗り越え舞台で踊れることを当たり前と思わず、日頃から感謝の心を忘れずに卒業公演ではさらに大きく輝いた私たちを見ていただけるように精進してまいります。

宮城 もえ（3年）　舞台監督

私は昨年に引き続き、先輩方の舞台である3年生パフォーマンスをスタッフとして支えることができ、とても嬉しく思います。また、今年はスタッフの中で一番責任のある舞台監督を任せていただき、とても貴重な経験になりました。

他の学内公演でもスタッフの経験はありましたが、常に頼れる先輩方が支えてくださいました。しかし、今回初めてスタッフに先輩方がいらっしゃらなかったため、舞台監督として舞台を円滑に進められるか、他のスタッフの皆がついてきてくれるかなどとても不安でした。そのような環境でしたが、一番近くで支えてくれた経験のある同期の皆をはじめ、舞台監督サブ·照明·音響·ゼラ隊·運営スタッフの皆が初めての経験もありながら、自分の担当以外の業務を積極的にフォローしてくれたおかげで先輩方の舞台を無事に終えることができました。頼りない私を信じて支えてくれたスタッフのみんな、励ましてくれた先生方や助手さん、外部から来てくださったスタッフの方々にも感謝しています。

そして、今年は自分たちが3年生パフォーマンスの舞台に立つ番になるので、今回の経験を活かしてスタッフとして舞台にかかわってくださる皆様への感謝の気持ちを忘れずに踊りたいと思います。

正課活動

後藤 みさき（卒業生）　卒業公演

3年生パフォーマンスで学んだことや改善点など、これまでのたくさんの経験を踏まえながら卒業公演の作品を研究室のみんなで考え、試行錯誤を繰り返し創り上げることを通して、日々の成果を多くの人に見て、そして感じていただくことができました。

私の研究室では大道具の箱や小道具の扇子などを使用し、作品中に衣装替えをするなど様々なことに挑戦しました。大道具や小道具を使用することで作品の見栄えが良くなるのですが、扱い方や振付と合わせて使用することがとても難しく、みんなで話し合いを重ね何度も創り直すことで、本番ではこれまでで1番良い作品に仕上がったのではないかと思います。

また、研究室の先生方や助手さん、沢山のスタッフの方々にご協力頂いたおかげで、卒業公演当日、ベストな形で本番を迎えることができました。私たちのために沢山ご支援くださった先生方、助手さん、スタッフの方々、卒業公演当日客席で応援していただいた方々、日頃から私たちを支えてくださった方々、本当にありがとうございました。

金山 奈々絵（4年）　学園創立百周年記念演技発表会

私は今回、学園創立百周年記念演技発表会でMCを務めさせていただきました。ダンサーではない立場で、ダンスの舞台に立つことは初めての経験であり、刺激に満ちたものでした。特に、ダンサーのみなさんの熱気溢れるパフォーマンスを間近で感じ、MCとして一緒に舞台を作り上げる感覚を味わうことができ嬉しかったです。また、MCだけでなく、大学のイベントに出演すること自体、今回が初めてで、色々な方々にサポートしていただきました。舞台袖で声をかけてくださった出演者の皆さん、このような機会を与えてくださった先生方、演者のことを考えて臨機応変に動いてくださったスタッフの皆さん。舞台に携わる全ての方の一つ一つの思いやりに感動と感謝の気持ちでいっぱいです。このような素晴らしいサポートによって、本番の舞台での輝きが生まれるということを改めて実感することができ、これからも舞台に関わっていく私にとって貴重な経験となりました。そして、初めての挑戦を通して、今まで気づかなかった自分の足りない部分を自覚でき、またそれを克服するプロセスを通して自分が成長できたように思います。このような機会をいただけたことに感謝し、次につなげられるよう努力していきたいです。

伊豆 晴香（4年）　卒業論文発表会

去る2月5日、ダンス学科4年生による卒論発表会が行われました。
論文の研究室に所属し卒論に取り組まれた先輩方や、実技研究室と掛け持ちし、卒業公演に向けた練習の合間に寸暇を惜しんで卒論執筆にも取り組まれた先輩方による、二年にわたる研究成果の発表を対面で拝聴することができました。一人5分という短い時間のなかで、ダンス学科全生徒に向け発表を行う姿がとても輝いており、印象に残っています。

独自の視点から設定されたテーマや研究成果は様々な形でダンスに携わってきた先輩方ならではのもので、いずれも非常に興味深く、約2時間半の発表会があっという間に終わってしまいました。私自身もさらに知見を深めることができ、ダンスが持つ様々な側面や可能性について改めて学ぶことができた非常に有意義な時間でした。また、今年はスタッフとして関わらせていただいたこともあり、昨年度に比べてより一層、身が引き締まる思いでした。

一年後はついに私たちが発表者として壇上に立つ番です。先輩方のように堂々と研究成果を発表できるよう、限りある時間を無駄にせず、一歩ずつ丁寧に歩んでいきたいと思います。

渡辺 栞那（2年）　佐藤甘夏先生ワークショップ

WSを受けた日から、腿の内側に効く筋トレを続けています。WSを受ける前はトレーニングをあまり行ってこなかったので、続けようと思っても最初は毎日実践できず、何日も続かない日が多くありました。しかし、トレーニングをしていない状態でバレエの授業やレッスンを受けるといつもより体がうまく動かせず、レッスンを受けていても自分の体と向き合えていない気がして、なかなか集中できませんでした。それを経験してから、毎日は出来なくても「週に3回はやる」と決めてトレーニングを行うようにしています。その効果で、内腿を使う感覚がなんとなく掴めてきたような気がします。また膝を付けて行うプランクも行っていますが、このやり方のほうが腹筋に直接効くので、今どこを使っているのかがちゃんと分かるようになりました。しかし、まだまだ未熟なので探求しながら継続していこうと思います。

WSを受ける前までは「お腹が割れている=腹筋が使えている」と認識していましたが、佐藤先生のWSを受けてから、そうとは限らないと学び直すことができました。トレーニングはきついこともあるけれど、直接自分の体につながることなので、もっと知りたいと興味が持てました。機会があれば、またWSに参加したいと思います。

部活動

日下部 乃映（4年）　ソングリーディング部

私たちソングリーディング部は、2024年3月26日に開催された「All Japan Cheerleading and Dance Championship USA School&College Nationals 2024」に3チームが出場し、大学編成Jazz部門 第1位、大学編成Pom部門 Large第2位、第4位を受賞することができました。また、Jazz部門においては大学編成Danceグランプリ、文部科学大臣賞、Pom部門においてはスピリット賞をいただきました。

2023年度は、「共に」という目標を掲げて活動しました。大切な仲間と共に支え合い、高め合い、時には指摘し合い、いかなる時も隣にいるメンバーと、そばにいてくださる方々を大切に、いくつもの壁を乗り越えた末にこの様な素晴らしい賞をいただくことができ、光栄に思います。

一年間の全てを作品に込め、観てくださる人の心を震わせる演技を目指す中で、簡単には払拭できないことも、沢山の葛藤もありました。それでも最後まで諦めず、私たちを信じ続けてくださる方々を心から想うことで　、チームの力を最大限発揮することができました。私たちがここに来るまでの道のりには、部長の先生や監督方、大学関係者の皆様、OGの方々、家族、沢山の方のお力添えがあり、このような恵まれた環境で踊らせていただけていることに感謝の気持ちでいっぱいです。今後も、私たちの演技を観てくださる方々の心に響き、忘れられない作品をお届けできるよう、一分一秒を大切に活動していきます。

昼間 蘭那（4年）　ダンス･プロデュース研究部

私たちダンス･プロデュース研究部は毎年、年度末に「ダンプロナイト」という企画を開催しています。近年は新型コロナウイルスの影響で開催を見送ってきたのですが、今年は4年ぶりに開催することができました。

ダンプロナイトは、新宿のライブハウス「プティモア新宿」で夜に開催されるダンプロ主催の公演です。ダンスの作品をはじめ、楽器の生演奏や生歌などの上演やそれらとダンスのコラボレーションといった普段の公演では見られない作品を見ることができます。上演時は、お酒を飲みながら鑑賞することができ（もちろん20歳以上限定です）、先輩後輩の垣根を越えて交流できる楽しい企画となっています。

今年は、在学生だけではなく、卒業生や先生方の出演もあり、大いに盛り上がりました。また、学校の舞台では見ることの難しい、スモークの演出やバイオリンとダンスの融合を実現することができ、独自性のある作品が多い見応えのある公演となりました。4年ぶりの開催ということで、私自身初めての参加でしたが、先輩や後輩との交流を含めとても貴重な時間となりました。

コロナ禍で数多くの制限がありましたが、ダンプロナイトを開催できたことでようやく本来のダンス･プロデュース研究部の活動が再開できたと感じました。このような企画をきっかけに、ダンプロはますますダンスの可能性を実践的に拡げていく企画を立てて活動していきたいと思います。

針生 碧海（4年）　モダンダンス部

私たちモダンダンス部は、2023年10月6日に第57回創作舞踊発表会を開催しました。今回はこれまでコロナ対策として行ってきた制限を無くし、大道具も使用できるようになりました。全て部員たちの手作りです。本番まで、多くの時間を費やし、部員の様々な想いがこもった舞台となりました。

第一部「アラジン」では、憧れだったミュージカル作品に挑戦しました。ストーリーを分かりやすく伝えるために、何度も話し合い展開を工夫しました。また、それぞれの役の特徴を捉え、踊りで表現することにも大変苦労しました。モダンダンス部の魅力が詰まったアラビアンナイトを届けられたと思います。第二部、第三部の小作品では、全学年で協力し合い、作品創作をしました。本番直前まで不安を抱えながらも、発表会を成功させたいという想いのもと全力で取り組みました。

発表会を開催するにあたり、本当にたくさんの人に支えていただきました。部員のために、熱くご指導いただいた坂本先生、携わっ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。今年度は更に良い発表会になるよう、部員一丸となって精進して参ります。皆様のご来場をお待ちしています。

新入生の言葉

遠藤 萌衣（1年）　Aクラス代表

私はこの大学で自分のダンスの幅を広げ、いろんな分野で活躍できる表現者になることを志して入学しました。小学1年生から高校3年生までチアダンスを中心に活動してきたため、様々なジャンルの授業を受講するのは不安な気持ちもありますが、今までにできなかった新しい挑戦ができることへの期待で満ち溢れています。

高校では、チアダンスが好きな仲間と一緒に夢中になって練習に励み、大会にも積極的に挑戦してきました。大学ではジャンルを問わず様々な経験をしてきた仲間たちと一緒に熱中できることを大変嬉しく思います。

そんな環境で自分の大好きなダンスについて深く学べること、思い切り夢中になれることを当たり前のことと思わず、ここまで応援してくれた家族、恩師、これから新たな挑戦を共にする同級生のみんな、その挑戦をサポートしてくださる先生方や先輩方への感謝の気持ちを忘れずにダンスを楽しみたいです。また、自分は何をやり遂げるためにこの大学に来たのか、ここに来た目的を見失わず、大学生活4年間を無駄にしないように1回1回の授業を大切にしていきたいと思います。そして、4年後自信をもって社会の場で大いに活躍できる人になれるよう精一杯努力します。

藤林 愛子（1年）　Bクラス代表

2024年に入って早くも4月となり、私達は日本女子体育大学に入学しました。いよいよ大学生活が始まるという緊張感の中で、これから色々な挑戦が目の前に広がっていることを想像すると、この大学へ入学することができた嬉しさで胸がいっぱいになりました。私は日本女子体育大学でしか学ぶことのできない、色々なジャンルのダンス実技をはじめ、踊りに関わる授業に積極的に取り組むのと同時に、今まで挑戦してこなかったことにもチャレンジし、自分自身の可能性を広げていきたいと思います。そして、踊り手としても、1人の人間としても自己や他人の魅力に気づき、追求していくことが大きな課題の1つです。7月に控えた初舞台まで、クラスのメンバーとお互いを知りながら1つの作品の中で向き合っていきたいと思います。

ここで出会うことができた同期や先輩方、そして先生方、恵まれた環境に感謝し、謙虚で素直な気持ちを忘れず4年間を過ごしていきたいと思います。

三浦 佳恋（M1）　大学院代表

今春、ダンス学科を卒業し、大学院へ進学しました。学部時代に同期と必死に駆け抜けた時間は濃く、尊いものでした。そんな戦友である同期と別れ、迎えた入学式。新型コロナウイルスの流行と共に学部へ入学した代で入学式は中止されたので、この場所で迎えた入学式に少し感動しました。

今年、ダンス学科から大学院への進学は、私のみでした。戦友だった学部の同期はいない、心細いスタートでした。また、周りが早く社会人になる姿を見て、内定や様々な道を蹴って進んだ道がここでよかったのか不安にもなりました。しかし、すぐに新たな同期と会い、ダンス学科の前身である舞踊学専攻の大先輩や理学療法士として働かれている大先輩などとご一緒でき、心強い新しい戦友と出会うことができました。

私自身、大学院ではダンス領域とは少し離れて、医科学の方の研究室に進みます。しかし、ダンスでの外傷・障害に焦点を当て、研究活動をしていきたいと思っています。楽な道ではなく、険しい道だと思いますが、先生方や頼もしい戦友の力を借りながら、目標に向かって精進します。最後に、学部時代にお世話になりました先生方、助手さん方に心より感謝申し上げます。そして、これからもご指導のほどよろしくお願いいたします。

編集後記

最後までご覧いただき、ありがとうございます。
対面授業や有観客の公演が開催されるなど様々な企画が再開し、今後の新規企画にも期待が高まります。やりたいことを積極的に挑戦できる環境で、日々活気溢れる学校生活を送っています。
これからもダンスレターを通じて学生の活躍、そして本学の魅力をたくさん発信していきます。よろしくお願いいたします。

鵜ノ澤純奈　政宗映里

NEWS

― 大学 ―

<2024年度オープンキャンパス>

●5/26(日)　●6/9(日)　●7/14(日)　●7/26(金)　●8/4(日)　●8/25(日)
●10/26(土)27(日)　●12/15(日)
●2025.3/20(木・祝)

※7/26(金)はナイトオープンキャンパス
※10/26(土)27(日)は健美祭(大学祭)中に開催

<ダンス学科体験授業>

●5/26(日)　●6/9(日)　●8/4(日)　●8/25(日)　●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 ―

<SHOWCASE2024夏>

●2024.7/14(日)
@日本女子体育大学　総合体育館 多目的ホール

<ダンス・ワーク・セミナー>

●2024.8/23(金)24(土)
@日本女子体育大学

<3年生パフォーマンス>

●2024.11/10(日)
@日本女子体育大学　学園創立百周年記念館 二階堂トクヨ記念講堂

<第76回全国中学校・高等学校ダンスコンクール>

●2024.11/23(土・祝)
@日本女子体育大学　総合体育館 アリーナ(特設会場)

<第23回ダンス学科卒業公演>

●2025.1/17(金)
@J:COMホール八王子

<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
nichiju_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

©スタッフ・テス株式会社

日本女子体育大学

Dance Letter

Vol.45

Japan Women's College of Physical Education
Department of Dance

発行日　2024年5月26日(日)

©スタッフ・テス株式会社　designed by Yusuke Itoh