



サニーコーストだより

神奈川県第 39 回 Dosado パーティー

2017 年 9 月 97 号
ヨコハマサニーコースト
会報係



♣ Dosado のスナックを担当しての感想 ♣

スナック係 金子伊久枝

2017 年 7 月 9 日、横浜文化体育館で第 39 回の神奈川県 Dosado パーティーが開催されました。サニーコーストとジョイハンズが担当しました。初めての上、準備期間が短かったため上手くできるか心配でした。

サニーコーストとしては紙コップ、飲み物、氷、果物、和菓子などの調達と会場までの運搬を各係で分担して行いました。

そうゆう中でこれは私が責任をもってやりますなどの言葉を頂き、会員の積極的な協力、手助けにより無事にスナックをお出しする事が出来ました。暑いなか携わって下さいました方々、本当にありがとうございました。



今後のビギナー講習について

石井信夫

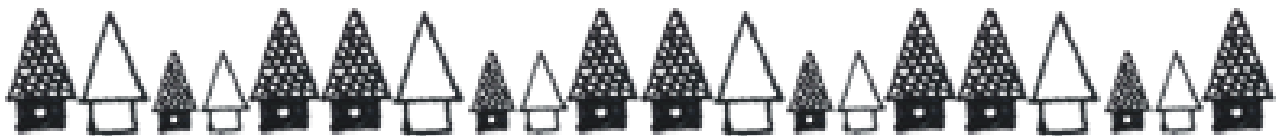
原稿を依頼されたのですが、テーマをビギナー講習について個人的に思うところを書くことにしました。最近ビギナーさんが集まらないとよく耳にします。

私の考えでは高齢化は避けられないと考えます。会員の方が知人を誘うとしても若い人を誘うことは難しく同年代になってしまうのではないかと考えることがあります。

世の中65歳まで働いている人が多くなっています。また65歳を過ぎても働く人が多くなっています（私も働いている）。60歳を過ぎてから始めるにはスクエアダンスは難しいのではないかと考えることがあります。では今後ビギナーさんが楽しいとおもうようにするにはどうしたらいいのか。コーラーとして考えることは講習の回数を増やして、やさしく繰り返し繰り返し進めることが必要なのではと考えます。

ただし会員の協力がなければうまくいきません。卒業してもすぐうまく踊れませんので会員の方は長い目でやさしくフォローしていただければと考えます。

またコーラーの高齢化も問題になってきています（クラブコーラーがいないクラブもある）。サニーコーストも例外ではない、コーラー、キューアーに挑戦していただきたいと思っています。



ランウンドダンス踊り込み

行事係 松本弘子

吉川ご夫妻の指導のもと、十月一日（日）十三時～十七時まで休憩を入れて踊り込みを行います。例会では、時間的な事も、なかなか教えて頂けない踊りのポイント、特にステップ、美しい姿勢等、的確に教えて頂けるので、大変勉強になります。

吉川さんに作って頂いたプログラムで、ワルツ、ツーステップ、チャ・チャ他、素敵な曲にのって楽しく学びたいと思います。

- 飲み物… 各自用意してください。
- スナック… チョコ、アメ程度です。

R Dの指導に関する案内

2017. 9月 吉川幸一

サニーコーストには永い間大変お世話になった。私も高齢化し、会の平均年齢を押し上げているような気がする。身のまわりの整理等終活の準備もしなければならない。そこで、R D（ラウンドダンス）を担当してきた者として、会員のため何か少しでも役にたつ「R Dの指導に関する案内」を遺すことが、私の義務ではないかと思うようになった。会員の誰かがこれを見て、なんだこういうことなら私にもできるは、と思う結果になれば最高であるし、さらに、まだ私が踊れる間に、R Dのキューをやってみようかなと挑戦者が出てきてくれれば、手を取り足を取りなんでも教えることができると思っている。

余談ではあるが、S Q D界では、マイクを持って踊りの指示をする人をコーラーという。

S Q D レベルのR Dに関しては一般にキューアーといわれている。

一方、専門のR D界ではキューアーというよりはインストラクター（指導者）といわれている。インストラクターは、キューをいうことは無論のこと、さらに円の中に入ってパートナーと踊ってみせて指導をする者をいう。

S Q Dでは、一般にコーラーが円の中にはいって踊ってみせることはなく、マイクのみで指示するので、その感覚からR Dを捉えると、R Dもマイクでキューをいって指示するのでキューアーと呼ぶのではないかと思う。本当はインストラクターというのが正しい。

「R Dの指導に関する案内」

R Dの指導者としての適性等をいくつか挙げてみると

1. 先ずR Dが大好きであること
2. R Dをリズムにのって踊れること
3. 中学や高校～で英語が嫌いではなかったこと
4. パソコンを（プリンター付きで）使うことができること（配偶者でもいい、メール、ワード、インターネット等できること）
5. 音楽を録音、再生できるI Cレコーダーを持っていること {例えば操作が簡単なソニーのメモリーカードレコーダー（1万円位）とメモリーカード、アンプとつなげるコード付き}
iPot 等の他のI Cレコーダーでもよい（MDプレーヤーが最適であるが、最近発売が中止になっている、残念です）

この中で、R Dが好きというのは無論であるが、一番重要なのは音楽のリズムがとれることだと思う。ワルツ、ツーステップ、ルンバとチャチャのリズムのステップに足がついていって、体重移動ができることだと思う。

音楽のリズムがとれると、1小節ずつの区切りがわかってくる。その結果どのタイミングでキューをいえばよいか分かってくる。これができればもう大丈夫である。

RDの音楽の構成

RDは、クラシックやポピュラーの有名な曲に、社交ダンスから取り入れたステップを基本に振付けられた踊りです。

RDの音楽の構成は、一般にテーマ音楽があつて、何回か繰り返される、テーマ音楽も、また変化したものもあつて繰り返される。それらの間に間奏もある。そうすると、テーマ音楽1をAとして、変化したものの音楽2をBとして、間奏をInterludeとするとこのRDの踊りの構成(Sequence)は、例えば、Intro-A-B-A-Interlude-B-Endingとなる。Introは、例えば4小節、Aは16小節、Bは16小節、Interludeは8小節、Endingは4小節、合計80小節になる。長さは一般に2.5~3分である。各々の小節にFigure(フィギュア→ステップ)が振付けられる。

RDの準備

1. 先ず最初に、Cue Sheetを作成する。

Cue Sheetの基は、SQDの中のRDの場合は、推薦曲として、日本スクエアダンス協会の会報に載せられる。それをみて、自分のCue Sheetを作成する。

毎年の推薦曲の積み重ねが例の30曲になっている。従つて以前の年の曲を調べれば、30曲のCue Sheetもわかる(インターネットで日本スクエアダンス協会を開いて検索する)。Cue Sheetには、キューをいう時のフィギュア(ステップの組合わせ)

とその下にステップの順序を詳しく説明しているので、読んで理解する。

RDのフィギュアは、略号で表現しているのが多い。

例えば、ForwardはFwd、BackはBk、ManuverはManuv、HoverはHov、などです、従つてこれらを段々と覚えていきます。

初心者用のテキストを購入すると、略号の表現が載っています。

Cue Sheetは、自分の手書きでもいいですが、パソコンにてワードの英文で書くことをお勧めします。1列に4小節ずつ書くことを原則にすると、非常に読みやすいメリットがあります。

2. 音楽を購入する

昔は、その度にレコードを購入していたのですが、最近は非常に便利になりました。

パソコンのインターネットで、アマゾン、または、iTunesを開いて購入することができます。

- (1) 各プリペイドカード(ギフトカード、2000円位)をコンビニで購入する。
- (2) アマゾン、または、iTunesの音楽ソフトをダウンロードして、開いて、名前、Eメール番号等やプリペイドカードの番号を登録して認証する。
- (3) スクエアダンス協会のCue Sheetの上部に、Musicとして曲の名前とアーティスト(歌手、演奏者)の名前があるのでアマゾン、または、iTunesを開いて、これらを検索欄に入れて、検索し、出てきたら必ず試聴して、また音楽の長さ(2~3分)を確認し、その後購入の確認をして購入する。(音楽はパソコンにダウンロードされている)

1曲の値段は、150円から250円で購入できる。(昔はレコードを購入していたが、1枚1200円もした、本当に便利になった。)

一方、インターネットで、You Tube Music を開いて曲の名前とアーティストを検索欄に入れて検索し、相当のものがでてきたら試聴してICレコーダーに録音する。この場合は無料である。(ただし、曲の長さが合っているか確認する。)

3. そのあと、音楽の早さを確認する。あまり速くて踊りにくいものは、遅くする。
音楽の速さ調整は、インターネットでパソコンに無料ダウンロードできるソフト「Hayaemon2」をダウンロードして使用する。
4. 自分で音楽を聞きながら、リズムに合わせて、踊るフィギュアの1小節前にキューをいい、丁度いい終わったところで、そのキューのステップが始まるタイミングの感覚を覚える。何回も練習してみる。
リズムの取り方は、人それぞれ自分が一番やり易い方法でとっている。
例えば、両足でリズムに合わせてステップを踏んでいる人もいる。
また、頭の中でリズムをとり、身体はゆっくりと揺らしている人もいる。
私は、右足の踵を軸にして、右足の靴のつま先を床に付けたり、離したりしてリズムをとっている。
5. 無論SQDにおけるRDのキューの講習会は、日本スクエアダンス協会主催等で、年に何回かあるので出席してみるのもよい。(サニーコーストから補助がある)

以上最小限の基本を述べましたが、さらに詳細を聞きたい方は何なりとお聞きください。私が踊れる間に、RDのキューをやってみようかなと挑戦者が出てきてくれればいいし、また後に本文を読んで出来そうだと思う会員がでてくれれば幸いです。



編集後記

第97号サニーコーストだよりをお届けします。
今回は石井さん、吉川さんが今思っている事を寄せて下さいました。
原稿依頼に快く御協力いただきました皆様
お忙しい中ありがとうございました。
会員の高齢化が話題になってきた昨今ですがいつまでもダンスを楽しめるよう頑張っていきましょう。

皆様からの寄稿をお待ちしております。

会報係