

# 9月から! グループレッスンリニューアル

時間	月	火	水	木	金	土
13:00 ~13:50						変更 キッズクラス 担当:熊井
14:00 ~14:50	入門スタンダード 担当:田中	中級ラテン 担当:相田	変更 スタンダード エクササイズ 担当:三木	みきの ボディメイキング 担当:三木	初級スタンダード 担当:三木	変更 入門ラテン 新担当:菅野
15:00 ~15:50	バレエストレッチ 担当:鶴見		初級ラテン 新担当:田中		中級スタンダード 担当:加藤	
16:00						
17:00 ~17:50	大好評 フリーダンスタイム (全員)					
18:00 ~18:50		初級ラテン 担当:渡辺	中級ラテン 新担当:渡辺	中級スタンダード 新担当:三木	ステップアップ スタンダード 担当:三木	
19:00 ~19:50	インストラクター 養成講座	初級スタンダード 新担当:鶴見	ステップアップラテン 担当:熊井	入門ラテン 担当:熊井		
20:00 ~20:50	熱血!!ラテン エクササイズ 担当:相田		入門スタンダード 新担当:菅野	上級スタンダード 担当:加藤	上級ラテン 担当:相田	

来年もココからスタート!!  
**KSDA 新年会 2018**  
2018年1月21日(日)  
場所:加藤周介ダンスアカデミー  
お茶・お菓子・おつまみあります!

**9周年記念**  
ダンスカーニバル  
in  
ホテルラングウッド  
2018年5月3日(木・祝)

第9回  
プレミアム  
メンズパーティー  
2017年8月26日(土)  
11:00~13:00  
会費: ¥10,800



## スタッフツイート



加藤 アロハ楽し~い!!	留巳 日射し が強いのに、最近、 日焼け対策をサボっています。	相田 筋肉? よく「身体作りしているの?」と 聞かれますが...太っただけです!	長田 夏 が来て嬉しいです! by 常夏育ちの彩
三木 後期 昇級をかけて C級戦頑張ります! 是非応援に来てください!! よろしくお願いいたします。	渡辺 本場の パタヤビーチに 行きたい!	熊井 特茶 でダイエットできるが 挑戦中です♡	田中 蝸牛 カタツムリを育てています
鶴見 蚊 のアレルギーです!	菅野 パクチー が食べなくなる時期に なってきましたね♪	番外編 ➔	愛巳 眠 パパねんね

## クマイズムVOL.5



隔週の火曜日に福祉施設で運動指導に行っているのですが、よく「手足が動かない人がどうやってスポーツをするのですか?」と聞かれます。私は、どんな障害であろうと、全ての人に楽しめるのがスポーツだと思っています。手が使えるなら手で、足を使えるなら足で、指が1本使えるならその指で、その競技が出来るように、使う道具(学校では「教材」と言っていますが)とルールを工夫していけば、誰にだってどんなスポーツも楽しめるはず!!と教員時代に学び、その理念で今も試行錯誤しながら指導しています。みんなでスポーツを楽しむ、という私たちにとっては当たり前のごも施設の方々にはとても新鮮なことで、大興奮しながら毎試合白熱してくれています。指しか動かなくても、思った方と反対に腕が動いてしまうとしても、そのボールを見て、そのボールに反応して、仲間のシュートを喜べたとしたら、立派なスポーツマンなのだ、と思わされます!!アスリート魂は誰の心にも潜んでいるのだなぁと嬉しく思うと同時に、試合を重ねるうちに今まで動かなかった部分の動きようになってくるその様子を目の当たりにし、「スポーツの素晴らしさ」と人間の可能性の大きさを感えています。

熊井郁美

## アミちゃんすくすく 日記

最近、会話ができるようになり、大きな声でしゃべりかけてきます。ママが寝ていると、ママの目をこじ開けていると伝えようとします。夏のアンパンマンまつりの映画を見に行くと言出し、「パパは?」と聞くと「パパねんね」と言って来なくていいらしいです。以前しまじろうコンサートでずっと寝ていたのを見ていたからだと思えます。



チェックされないようにせねば... 加藤周介

## 恋来いイコナ



こんにちは!いこなでございます。今回は昔よく祖母といった登山のお話をします。小学校の頃、私は沢山の山を登りました。小さい頃の記憶ですので、名前は忘れてしまいましたが... (笑)、すべて鮮明に覚えています。祖母はいやだ!と毎回渋る私を無理やりつれて早朝から山へ向かいます。そして、山道に入るといつも襲ってくるのは「なぜ自分はここにいるのだろう」という問い。それが数時間たつと忘れ、目の前のごと(本当に沢山の季節、風景、感動がありますが枠がたりず!)に真剣。例えば目の前に断崖絶壁があり、「登らなくては先に進めず戻するには時間が足りない、足を踏み外したら谷底に落ちてしまう」、まさに山登りは生と死の狭間にある経験でもありました。しかし、その危険を乗り越え下を見降ろした時、さらには山頂に到達した時、一番苦しい下りを終えて車道に戻ってきた時、ひとつひとつ達成感がありました。「人生は山登り」なんて比喻されますが、ダンスにも言えるなあと感じます。長い停滞期にぶつかって、いきなりほん!とできる技が増えて、一歩ずつ長い道のりを登るといつの間にか山頂について視界が広がるようにダンスも一歩ずつ進んでいかなくては!と思うこの頃です。

菅野いこな

## 鶴見のご免あそびせ

鶴見侑里子心の川柳 Episode3



- 30歳 去年のフンピが 似合わない
- 柔軟性 身体も頭も 心にも
- むずかしい もうこの企画 やめましょう

## miki天市場1

ほしいもの:屈強なBODY? 欲しいものランキング

「三木先生はやせてるわね」とよく言われて、ありがたい限りなのですが、競技選手としては、より力強く美しくありたいものです。私は、去年BESJヒラティス認定講師の資格を取得しました。その後もトレーニングスタジオに通うことで、身体や運動に対する知識が増えていくのがとても楽しいです。肋骨の前面が開いてしまうと、背骨のアライメントが崩れるので、骨盤の上から肋骨下部のいわゆる体幹(ヒラティスではパワーハウスと呼びます)を安定させるのが今の課題です。後期はパワーアップしたダンスが魅せられるように頑張ります!



## miki天市場2

ほしいもの:KSDAシーケンスチーム

シーケンスダンスというものをご存知でしょうか? 16小節の決まったステップを皆で輪になって踊るもので、社交ダンスの起源になった踊りです。フォークダンスとバレエと社交ダンスを混ぜたような印象です。西洋盆踊りと呼ばれたりもしますね。イギリスでは競技会が行われたりもしますが、クルージングのお船の中で踊られることもあるようです(お船によるみたいですが) 私はシーケンスダンスを踊るとクラシカルな音楽も相まって、とても明るい気持ちになります。ステップさえ覚えてしまえば誰でも踊れます! 月に1回、第1水曜日の14:00~グループをやっていますが、なかなか人が集まらずほぼ個人レッスン状態なので、もし少しでもご興味のある方は是非気軽にご参加ください!よろしくお願いたします!!

三木すみれ

## 海の底からコンニチハ

南西諸島のトカラ列島で船員だったころの出来事をなぜか最近思い出。一日の仕事が終わる、当時TV電波もまともに受信できない海域で、仕事終わりにしていた事。それは仲の良かった先輩から習ったルアー釣り。疑似餌を力いっぱい遠投してはヒラアジ、シマアジ、カマスやロウニンアジなどをよく釣って楽しんでた。仕事が終わっても海の上に停泊して次の日に備えているため上陸は出来ないがその日はトカラ列島の宝島の北岸沖に停泊していたのだった。真っ暗の中何回も何回も釣り竿を振り回す。何度かいい当たりがあり大型の魚を見事に釣り上げることに成功。その日はうねりもなく水面は静かに揺れていた。ふいに後ろにナニかを感じ硬直する。かすかに風に乗って「お〜」と聞こえた気がしたのだ。低く唸るような大男の叫ぶ音が、疲れていたで気のせいだと思って釣りを続ける。しかしソレは段々と大きくはつきり聞こえてくる。「お〜...」という呼び声が、大変だ!海中転落かもしれない!助けなければ!イカリが届くといえこの水深で何分も浮いていられない、サーチライトを水面に向けてそこにコバルトブルーの海にライトが吸い込まれてゆくのみで、人間などいるはずもなかった。かつて伝説で海賊キャプテンキッドが財宝を隠したという伝説がこの島の亡霊の一人や二人居てもおかしくないだろう。釣り竿を放り出して亡霊退治に出動する。船首から船尾に向かい大型のスバナを片手に歩いてゆく、亡霊にスバナで勝てるのか?一歩一歩進むその先のハッチが勢いよく開いて中から船長が現われた。私も船長も飛び上がるくらいびっくりして危うく船長を亡霊にしようとした。事のてんまつを説明して船長に謝る若き日の私。船長はそんな私を大笑い始めた。どうやら私は宝島に放牧されている牛の声を人の声と間違えてしまったらしい。牛の「も〜」という鳴き声が心の弱さに惑わされて亡霊の「お〜」という声を作り出したのだ。何十年もたった今、笑い話だと思っていたあの声の正体は果たして本当に牛だったのだろうか?もしかしたら本当はキャプテンキッドの財宝と共にあの声の主は私を呼んでいたのではないかともしも可能ならばあの場所まで今度こそ真実を突き止めてみたい。

田中直樹