



Stage Ballet Academy

〒277-0075 千葉県柏市南柏中央 2-4 第2 フジビル 2F Tel/Fax 04-7171-3304
メールアドレス stageballet_mie@trad.ocn.ne.jp ホームページ <http://stageballet.net/>

津守美絵先生のメッセージ

今年もお疲れ様でした。皆様どんな年でしたか？ 我が家は伶亜の高校入学はありましたが、大病もなく比較的落ち着いた年でした。毎年、健康で皆様とレッスンできる事が一番大切だと感じております。来年も宜しくお願い致します。

一年の終わりバレエ界は“くるみ割り人形”で締め括ります。今年もスターダンサーズバレエ団の“クルミ”を見てきました。9月のオーディションで合格した葛飾教室の佐藤亜衣梨ちゃんはとても可愛らしく、澁漣と1幕の子役を演じておりました。スタダンの“クルミ”は踊りだけでなく、演出、装置、照明、衣裳全てが素晴らしく、何度見ても感心させられます。何かほっとして、優しい気持ちで家に帰りたくなる作品でした。



そして次の日は牛久での発表会でした。演目は「パキータ」「SADAKO」折り鶴の少女「白雪姫」と盛り沢山。その中で「サダコ」は江藤先生が作る新作ということもあり衣装のお手伝いをしていました。最初は「こんな重い題材の作品を発表会にどうなの？」と思っていましたが、完成に近づいてくると出演者だけでなく、スタッフまでもが感動して、みんなの力がググッと集まった感動的な作品になりました。バレエはきれいなだけでなく、何かを伝える、心に残すことも十分できるのだと改めて感じました。



ところで、南柏スタジオでは来年の発表会“くるみ割り人形”に向けて振り付けの真っ最中です。初めて発表会に出演する子もベテランのお姉さんと一丸となっております。泣きそうになっても必死に頑張っている子も、リハーサルを重ねるごとに自信をつけていきます。ポーっとお友達についていくだけの子も、前を向いて自立してゆきます。前回の発表会では面倒を見てもらっていた子が、今年は後輩を教えている姿も見かけます。その過程を見ているとやはり大切な成長の場だと感じます。そして今回は千里先生、麻梨絵先生もわきに周り内田沙菜ちゃんが「金平糖の精」を務めます。沙菜ちゃんは来春から「洗足学園音楽大学 バレエコース」に進学します。

人生で大好きなことを、一本筋を通して学び続けることは幸せなことです。
発表会皆さん楽しみにしてください。

先日、ロシアのマリンスキー・バレエ団が来日し「白鳥の湖」を、勇樹君、伶亜、貴嵩が観に行って来ました。このバレエ団は言わずと知れた世界最高峰のバレエ団です。レッスンの時に私はいつも「手は背中から、足は腰の上の方から長く使うように！」と言っていますが、この公演を見ると一目瞭然！！DVDでは細かいところ（お化粧まで）見えますが、なぜかググーっと伸ばしているという空気感が伝わらないのです。きれいで感心するのですが、感動しないのです。旅費もかけず、世界最高のバレエが次々と観られる国は他にはないと思います。ぜひ劇場に足を運んで実際に5感全部で体験してください。



プリマバレリーナ
テリョーシキナさんと

追伸1：ヨガの受講者勝尾さんのメッセージにもあるように「単純に手足を伸ばすのではなく、身体を中心から伸ばす」という指導をされている舞先生最高です！これからも本物の指導お願い致します！

9月、セントラルスポーツでの教えが改装工事により2週間お休みとなり、この期間に介護予防運動指導員の資格を取るため講習、試験を受けました。この度合格することができました。介護事業が国から地方自治体の事業と移行し、介護にならないための予防事業が増々必要とされます。これまでの経験を活かし講習なども行っていきたいと思いますので、介護の現場にいらっしゃる方お声をかけてください！ よろしくお願い致します。

2019年2月9日、10日、上野の東京文化会館で日本バレエ協会による「白鳥の湖」が上演されます。この公演にステージバレエから石川徳一君、草薙勇樹君が出演いたします。チラシを同封いたしますので、この機会に是非劇場へ行きましょう！（2月10日発表会リハーサルはありません）

追伸2：横浜のそごう美術館で12月25日まで“バレエ 究極の美を求めて”という展覧会が開催されております。お時間有りましたら是非行ってみてください。



江藤勝己先生のメッセージ

早いものでもう2018年も終わり。平成も最後の年となりました。今年もいろいろな行事がありました。発表会も初めての会場での上演。足立のホールはとてもきれいでしたね。楽しいドン・キホーテでした。

先日は、山下先生の発表会で、新作バレエ「SADAKO」を上演しました。振り付けの時から、涙が止まらず、自分で泣いてどうするんだ！！って言い聞かせ、わざとふざけたりしてごまかしていました。我ながら選曲がよくできて、聞いているだけでもやばい。振り付けのときは、電車の中でも移動中は四六時中その音楽を聞いて頭に叩き込んでいるのですが、情景がオーバーラップしてきてしまい、ジーンとしてきてしまいました。スタッフさんもノリノリでやってくれて、原爆の投

低音のために巨大なスピーカーを持参してくれて、劇場中が振動するくらいの迫力でした。初めて挑戦した映像もとてもきれいでした。僕は一番うしろの客席で見えていたのですが、客席からすすり泣く声があちらこちらから聞こえて、思わず『やった！！』と心で叫んでしまいました。終わったあとに、照明のスタッフさんが、前日の舞台稽古からずっと明かりを当てていたのだけど、ずっと泣いていましたと話してくれて、とても嬉しかったです。撮り立てのDVDを広島市長に送りました。この作品を広島で上演するのが夢です。

そして、来年の5月1,2日には、僕の師匠の橋浦先生の公演があり、そのメインに「The Three Witches」という作品を作っています。これは眠れる森の美女の50年後という設定で、カラボスと白雪姫のお妃と、シンデレラの継母が王国に復讐するというお話で、テーマは『ポーっと生きてんじゃねーよ！！』というもので、たるんだ世の中に活を入れるお話です。大変楽しい作品ですので、ぜひ見に来てください。千里先生、レイア、キース、ルークが出演します。

そして、その翌々日4日には『ダーナの泉』という、これまた新作バレエを上演します。日本人の作曲家による音楽で、僕は振り付け、オーケストラの指揮をします。コンサート会場での上演で、全く初めての試みですが、楽しい作品にしようと思っています。これには麻梨絵先生が出演します。

11月まではわりと暖かかったのに、12月10日くらいから急に冷え込み、畑に行ってみたら霜で一面真っ白。白菜もキャベツも大根もみんな霜にやられていました。まあ冬野菜だから大丈夫なんですけどね。

来年の発表会の振り付けも始まっています。久しぶりのくるみ割り人形です。ディズニーの面白い映画もやっていますが、僕のバレエ学校バージョンのくるみ割り人形も面白い演出ですから楽しみにしててくださいね。

水上千里先生のメッセージ

みなさん、こんにちは！ 早いものでもうすぐ新しい年になりますね。2018年後半、私は家の色々な所を修理しました。夏は玄関の鍵の交換、玄関屋根の雨どいを付け替えて、庭のヒイラギを丸刈りに。先月は浄水器につないだ蛇口を交換し、浴室のシャワー付水栓を取り替えました。その間にテレビが壊れたので買い替えて接続し、今はケーブルテレビの解約に合わせ地デジアンテナの設置作業中です。順番にあちこち不具合が発生して、調べたらDIYで修理出来そうだったので、つい頑張ってしまうました。それから、勝己先生から瓢箪を頂いたので、合間を縫って瓢箪ランプ製作を楽しんでいます。11月からはバレエの方も始動して、しばらく忙しくなりそうです。本業ですから、しっかり務めなければいけませんね！

2018年、色々お世話になりました。新しい年もまた、よろしくお願い致します！

谷村和子さんのメッセージ

日に日に寒さがつのってまいりました。今年も生徒さんたちの熱心なレッスン風景を、楽しく拝見させて戴きながら一年が過ぎようとしています。

先日、知人と書道の「第40回 東京書作展」を見る機会に恵まれました。三人の先生方の揮毫がありました。お一人の先生は「養・恬（てん・気にかけないで平然としているさま）・福」の文字を書かれていました。お笑いタレントの「モンキッキー」のウッキーさんが「宇都鬼」と言う名前で作品を出展されてました。隣はムンク展でしたが、長蛇の列で、待っている私たちが、ムンクの顔になりそうなので、入場を諦めました。

来年は南柏教室と北柏教室の発表会です。一人一人が最高の笑顔で、大きな夢をかなえられる幸せな舞台になりますように！ 来年も皆様にとって、幸せ一杯の一年でありますように！

勝尾好正さんのメッセージ（ヨガ受講者）

「体は中心から広げる」と「サーランバ・サルワーンガアサナ」

アイアンガー先生の『こころのヨガ』という本の中に「体の中心から広げる」という言葉があります。これはアサナ（ポーズ）をするとき、単純に手足を伸ばすということではなく、体の中心から外に向かって伸ばすということを言われているようです。舞先生もアサナのとき、手の先の先まで伸ばすとか、腰から上は上に、腰から下は下に伸ばす — 足の裏でマットを押し、頭頂を天井へ引き上げるように — とか、腿であれば内旋させるとか、外旋させるとか単に脚を伸ばすだけに留まらず細かい指導があります。足裏の踵と拇趾球、小趾球と足の指を全部広げてぴったり床を捉えるようにと。極めて地味な指示ですが、これが正しいアサナを作る原点になります。裸足で走り回っているような子供には当たり前でも靴を履いて育った我々には足の指を広げるのが結構難しい。体の中心から広げるというには程遠いですね。

今回紹介する「サーランバ・サルワーンガアサナ」（肩立ちのポーズ）は、全身を活性化させ、疲労回復、若返りのポーズの一つでもあると言われています。



		1 月	2 月	3 月
足立教室	火曜日	8 日・22 日・29 日	5 日・19 日・26 日	5 日・12 日・19 日・26 日
葛飾教室	水曜日	9 日・16 日・23 日・30 日	13 日・20 日・27 日	6 日・13 日・20 日
北柏教室	金曜日	11 日・18 日・25 日	1 日・8 日・15 日・22 日	1 日・8 日・15 日・22 日
南柏スタジオ	月曜日	7 日・21 日・28 日	4 日・18 日・25 日	4 日・11 日・18 日・25 日
	火曜日	8 日・15 日・22 日・29 日	5 日・12 日・19 日・26 日	5 日・12 日・19 日・26 日
	水曜日	9 日・16 日・23 日・30 日	13 日・20 日・27 日	6 日・13 日・20 日・27 日
	木曜日	10 日・17 日・24 日・31 日	7 日・14 日・21 日・28 日	7 日・14 日・28 日
	金曜日	11 日・18 日・25 日	1 日・8 日・15 日・22 日	1 日・8 日・15 日・22 日
	土曜日	12 日・19 日・26 日	2 日・9 日・16 日・23 日	2 日・9 日・16 日・23 日 30 日は発表会練習の予定
ヨガレッスン	水曜日	9 日・16 日・23 日	6 日・13 日・27 日	13 日・20 日・27 日