

音楽にノって楽しくサルサ・アサラト・健康体操

Let's リズム&ダンス

参加無料

主催：ぴあのっこClub

開催日：2019年2月17日(日)

開始：10:00～(開場 9:40)

会場：まちスポ稲毛(ショッピングモールFrespo 稲毛内)

参加費：無料

サルサ/健康体操：小谷つくる・松田薫
アサラト：下村岳夫

音楽を使った各種体験を通じて
ココロとカラダを活性化！
専門の講師がご案内致します。

※体験型イベントです。当日は動きやすい服装でお越しください。



本イベントに関するお問合せは、ぴあのっこClub事務局まで。

URL：<http://pianokko-club.com/>

TEL：080-5367-4418

Email：contact@pianokko-club.com (担当：下村)



サルサ/健康体操 (10:00-10:40)

講師：小谷 つくる

16歳からジャズダンスを始め、liveUFOダンスコンテストで準優勝。桐朋学園大学で演劇専攻後、安達祐実さん主演のミュージカル『オズの魔法使い』等の多くのステージに立つ。その他、メディアへの出演も多数。2002年よりサルサダンスを始めて、LAサルサコンGRES等に参加。現在もサルサダンスを続けている。



また、私生活では母が要介護になり、スポーツインストラクターの資格を取得をきっかけに、高齢者の方への運動指導をスタート。指導歴は約10年。寝たきり予防や個人トレーナーの活動を行っている。

【主な保有資格】

- ・健康運動指導士
- ・介護予防主任運動指導員
- ・パーソナルトレーナー

講師：松田 薫

2011年、日本一南米人が多い愛知県在住時にサルサと出会う。ラテン音楽への愛あふれてドミニカ共和国を訪問。街中に音楽が流れ、子どもからおじいちゃんおばあちゃんまで思い思いに音楽にのって楽しむ様子に感銘を受ける。



「異文化理解は音楽から」をコンセプトに、自身が学生時代から継続して行っている外国人支援の活動へも積極的にサルサを取り入れ、映画祭や講演会でもサルサレッスンを行っている。近年は高齢者の方への健康ペアダンスレッスンも行う。中学高校は吹奏楽部でトロンボーンを演奏、現在もロシアにルーツをもつ楽器「マトリョミン」を演奏するなど、無類の音楽好き。

アサラト (10:50-11:30)

講師：下村 岳夫

幼少期より歌う事を通じて様々なジャンルの音楽に親しむ。高校時代に音楽部で指揮者を務める傍らソロ演奏活動を開始。第6回福岡県高校音楽コンクール声楽部門金賞受賞。兵庫県ローゼンビートオペラ研究所にて故浜渦章盛氏に師事。ソリストとしてオペラ・オペレッタに多数出演。



またアカペラバンドのベーシスト兼ボイスパーカッション、スタジオシンガーとしても活動。同人CD化&販売された楽曲は1000曲を超える。約20年前、西部アフリカ発祥の民族楽器「アサラト」に魅せられ、以来歌と平行し修行に明け暮れる。現在は稲毛の地で歌とアサラトの融合を目指して活動中。同楽器の指導歴は4年ほど。

サルサ/健康体操について

サルサは、中南米キューバの音楽がニューヨークに渡り発展したペアダンス。社交ダンスのルンバやサンバに近いイメージでしょうか。近年では音楽にのることや、男女で手を取り合って踊ることが幸せホルモン「セロトニン」を生むといわれ、認知症予防や老化防止としても注目されています。当日は誰もが知っている音楽のリズムに合わせて身体を動かすことからはじめ、ペアダンスの楽しさをお伝えできればと思います♪

アサラトって何？

アフリカ生まれ日本育ちの打楽器です。丸シェーカー2つを紐でつないだだけの非常にシンプルな構造で誰でも手軽に始められる反面、とんでもなく奥深く、トッププレイヤーの間でもまだまだ未開拓部分があると言われて大変不思議かつ魅力的な楽器です。今回は普段の生活ではあまり経験できない脳と手指の使い方を通じて、少しでも多くアサラトの魅力をご紹介できればと思います。

会場のご案内

まちスポ稲毛交流スペース (Frespo稲毛構内)

〒263-0001 千葉市稲毛区長沼原町731-17

TEL : 043-310-6984 FAX : 043-310-6985

JR稲毛駅より

東口バスターミナル：2番乗場
京成バス「山王町」or「千葉センター」行き
→「ヴィルフォーレ稲毛」下車
バス停より進行方向に向かって徒歩3分

JR四街道駅より

北口バスターミナル：1番乗場
千葉内陸バス「草野車庫」行き→「長沼原」下車
バス停より進行方向次の信号（長沼原交差点）を左折直進徒歩10分

モノレール

スポーツセンター駅より
駅前信号を渡り、バス停「スポーツセンター駅」より
京成バス「山王町」行き→「ヴィルフォーレ稲毛」下車
バス停より進行方向に向かって徒歩3分

お車

無料駐車場 1,510台

<ショッピングモールFrespo稲毛構内図>

