



全ダ連だより

第24号
2022.3

All Nippon Association of Dance



Contents

会長挨拶	2
副会長挨拶	3
副会長挨拶	5
委員会からの活動報告 (ANAD アマチュア指導員資格認定委員会)	6
委員会からの活動報告 (ウェルフェアダンス指導員認定委員会)	7
委員会からの活動報告 (ダンス教授所及びジュニア育成教室認定委員会)	9
教師協会からの活動報告 (徳島県ダンス教師協会)	10
2021 年度 ダンス教師認定講習・昇級試験報告 (資格認定委員会)	11
2022 年度 (令和 4 年) ダンス教師試験日程	12

発行日	令和 4 年 3 月 26 日
発行者	公益社団法人全日本ダンス協会連合会
所在地	〒105-0004 東京都港区新橋 1-18-13 杉村ビル 9F
	TEL 03-3506-8866 FAX 03-3506-8854
	E-mail : anad@zendaren.or.jp
	URL : http://www.zendaren.or.jp/
営業時間	(平日) 10 : 00 ~ 18 : 00
定休日	土・日・祝他



令和4年 全ダ連に思う

公益社団法人全日本ダンス協会連合会
会長
小川 純

年末年始は、各地で近年にない大雪に見舞われ、新型コロナウイルスの問題のみならず、気候変動の異常気象に、まるで世界中の営みが拒まれているかのようです。

さて、全ダ連は1985年5月発足し、また2011年9月からは内閣府より認定を受け、「公益社団法人全日本ダンス協会連合会」として日本のダンス界に歴史を刻んでまいりましたが、風営法4号規制撤廃以来、全ダ連の存在意義すら失いかけるほどの大きなリスクを負わされているにも拘わらず、ひき続き、高い倫理性を掲げて社交ダンス文化の発展に寄与していただいている皆さまには衷心より感謝申し上げます。

さらには、追い打ちをかけるように、杳^{よう}として収束の目途が立たない長期のコロナ禍に対峙している皆さまのご苦勞はいかばかりかとお察し申し上げます。まだまだ続くであろう緊急事態宣言や蔓延防止対策など、コロナ感染拡大防止には、皆さまのしっかりとした自粛管理意識が、最終的にはコロナに勝利するものと思われまます。

猛威を振るうコロナウイルス感染が鳴らす警鐘に、私達の生活形態は大きな変容を余儀なくされていると同時に、全ダ連においても、機構改革を含めた総合的な組織運営の見直しが問われていることでもありましょう。

また、社会に向けては、ダンス文化を普及推進するダンス教育者としての“品性”を高めることは、これもまた予てより提唱している「全ダ連ブランド」を構築するための、新たなエネルギーとなる事でしよう。

一方では、将来のコロナ禍の終息後を見据えて、只今はコロナ禍で頓挫しているとはいえ、「全ダ連ブランド」構築に重要な役割をもつ「全ダ連ダンスフェスティバル」も、一刻も早く復活に向け取り組まなければならないところです。そして、ダンス界の環境が激変した今日、全ダ連認定証を取得されている皆さまが享受できる誇りを、目に見えるかたちで表してまいりたい。皆さまには、積極的に参加型の「全ダ連」のイベントに協力頂くことにより、「全ダ連ブランド」という付加価値は高まることと確信いたします。

然しながら、以上の事柄を為すには、公益社団法人「全ダ連」の正会員である教師協会と、その構成員である皆さまの十分なご理解がなければ、到底及ぶものではありません。ここは会員の皆さまの意識の変容も待たなしの状況と考察されます。皆様におかれましては、今後共、全ダ連活動には、大いなるご理解とご支援を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

令和4年、全ダ連にとっての様々な試練は、はたして、全ダ連は皆さまの変容と共に、まったく新たなダンス環境を切り開く年になるか否かが問われている。



社交ダンスを広める為に役に立つ知識

公益社団法人全日本ダンス協会連合会
副会長
資格認定委員会委員長
村松 昌弘

コロナに翻弄され2年以上が経ちました。

各種イベントが制限され、外出を控えてコロナの脅威が去っていくのを待つ生活の中で、ダンスを継続していくことは、会員の皆様も苦難の連続であろうと思います。

そこで、現在ダンスを続けている先生や生徒の皆様に少しでも役に立つことがあればと思い、社交ダンスの利点や効果についてまとめてみましたので参考にいただければ幸いです。

【筋肉に存在し“筋トレを行う”と分泌が活性化されるホルモン】

- 1 『成長ホルモン』 タンパク質を合成して筋肉をつけ、体脂肪を燃焼させる。
- 2 『テストステロン』 加齢により不足していく骨格をたくましくする効果がある。
不足すると、うつ病や意欲の低下をもたらす。
- 3 『三大神経伝達物質の分泌』
 - ①セロトニン・・・気分を高揚させる幸福ホルモン。
 - ②ドーパミン・・・モチベーションが向上して、ポジティブ思考になる。
 - ③ノルアドレナリン・・・心拍の上昇、血管の拡張、集中力、思考力の向上。
- 4 『エンドルフィン』 覚醒効果を起こす。例えばランナーズハイ等。
- 5 『マイオネクチン』 骨格筋から放出され、抗細胞死、抗炎症作用により心臓を保護する作用がある。(名古屋大学)
- 6 『マイオカイン』 癌の増殖を防ぐ。(首都大学東京)
スクワットやウォーキングで増やせる事が解っている。
- 7 『カテプシン B』 海馬の神経細胞を増やし、記憶力を増やす。
- 8 『IL - 6』 筋肉から放出され、メタボを防ぎ、免疫の暴走を防ぐ。
- 9 『ミオスタチン』 筋肉から放出され、過剰の筋肉のムキムキや暴走を防ぐ。
生まれた時には存在していない。(ジョン・ホプキンス大学)

〔補足〕 【手をつなぐと生じる効果】

ストレスホルモンのコルチゾールが減少し、敏感肌の改善、心臓や循環器系、脳にも良い影響を与える。

オキシトシン（幸福ホルモン）も増加する事が知られている。

いずれも、正しい有酸素運動を行うことで、筋肉に効果があることが解っています。

呼吸を止めずに、少し汗をかく程度で、ややきつと感じる程度の運動が推奨されています。筋機能は、『適度に使えば発達し、使わなければ委縮をし、過度に使えば損傷する』というもので、ドイツの生物学者であるルーの法則と呼ばれています。

30歳を過ぎると、加齢による筋力低下が観察されることが解っています。

特に、上半身よりも下半身の筋力低下が起こります。

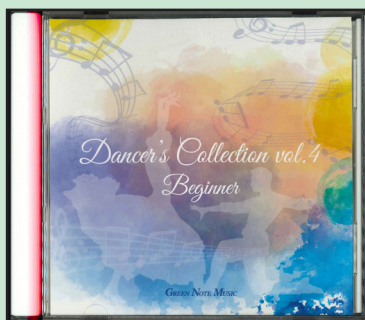
大腿四頭筋を例にとると、筋肉は30歳でピークになり、その後年に1%ずつ減っていき、80歳ではピーク時の50%にまで減り、さらに入院して寝たきりになると2日で1%程減っていく事がわかっています。

いかがでしょうか。

この時期に必要な免疫効果を高めるためにも、十分な感染対策を行いながら、社交ダンスの運動こそ、今まさに求められていると思います。

著作権使用料フリー CD 「DANCER'S COLLECTION」

VOL.1 ～ VOL.4 好評販売中 定価：3,300 円



全ての楽曲がオリジナル。
教室でも、サークルでも、著作権を気にすることなく使用できます。
各シリーズとも、スタンダード5種目、ラテンアメリカン5種目、各2曲計20曲を収録。
初心者の方にもテンポが明確で踊りやすい楽曲となっています。



ご挨拶



公益社団法人全日本ダンス協会連合会
副会長
奥野 友子

新しい年を迎えました。

新型コロナウイルス蔓延により世界中が大打撃を受けました。

特に社交ダンス界は、二人で踊るとの観点から公共機関やホテルの規制も厳しく、活動範囲が狭められ苦しい思いをしてきました。

廃業に追い込まれた教室、教師を辞めていく人等悲惨な現実を受け止めつつ、それでもわたし達は前に進んで行かなくてはなりません。

なぜなら「社交ダンス」は、素晴らしい文化・芸術・スポーツであり、消え去ることなく次の世代に受け繋いでいく責務があると思うからです。

『全ダ連だより』配布については、いろいろな考えを聞いております。

しかし、全国の会員や ANAD アマチュア指導員を結ぶ唯一のパイプラインであります。

下記写真は、年3回実施の技術検定試験にて、全ダ連の金色のマークの入った合格証を手にする受験生です。

お相手の先生と記念写真撮影をし、次へのステップを目指し意欲満々の若き生徒です。



全ダ連だよりは一方通行ではなく、全国の先生方の交流の手段とし、有効活用して下さることを望みます。

ご意見や改善点などありましたら是非ご連絡お待ちしております。

社交ダンス界の皆様方にとって、今年こそ、幸多き年となりますようにと心より願いまして、私のご挨拶とさせていただきます。

ANAD アマチュア指導員資格認定委員会委員長

奥野 友子

ANAD アマチュア指導員は、現在全国の教師協会において187人が活躍されています。しかしながら、全国的にバラつきがあり、無関心な教師協会があるのも事実です。以前調査を行った結果をまとめてみました。

○ ANAD アマチュア指導員資格試験を実施しない理由

- ・ アマチュア指導員とプロ会員の区別がつきにくくなる。
- ・ いつまでも生徒としていた方が利益につながる。
- ・ アマチュア組織でも資格試験をしており、指導員が巷に溢れている。
レベルの低い指導員が増えるだけだ。

○ 実施してよかった点

- ・ 会員数が増えた。
- ・ 指導員という自覚が芽生え、正しい技術やダンスに関する知識を身につけようとする積極的な姿勢が見られるようになってきた。
- ・ 教師協会の活動に幅ができてきた。

私の所属している滋賀県ダンス教師協会では、会員数58名の内、23名の準会員と共存共栄していますが、アマチュア指導員はプロの傘下の下で準会員として、研修会やダンスフェアにおいて、プロの指導の下、実技研修を受けたり、フォーメーションを発表したりしながら楽しく技術力向上に頑張ってくださいしております。プロとアマの区別は明確にしており、全く問題は有りません。

下記写真は、2021年11月28日に滋賀ダンスフェアにおいて、ウエルカムダンスを担当して頂いたものです。



委員会からの活動報告（ウェルフェアダンス指導員認定委員会）

ウェルフェアダンス指導員認定委員会委員長
後藤 敏一

一昨年から続いた新型コロナウイルス感染症の感染拡大は、変異株などへの懸念もあり、予断を許さない状況にあります。特に感染拡大防止策に伴う外出自粛等の影響による、体力低下や心身の健康状態悪化については、各自治体などでも取り組みが進められる中、ウェルフェアダンス指導員認定委員会でも、地域における福祉活動の実践及び指導員資格認定のあり方等について、あらゆる検討を行いました。

コロナ禍での施設訪問活動はやむを得ず休止を余儀なくされ、各地域指導員間での情報共有や安全対策徹底の上に、様々な取り組みを致しました。

地域活動報告として、長野支部におきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止策を徹底しつつ、ウェルフェアダンス指導員の育成講習、また障がい者との車いすダンスレッスンは継続してきました。それらの成果として「第49回坂城町文化祭～したしむ・つくる・ふれあう・ささえる～」(10月24日開催)には社交ダンス、車いすダンスの演技発表に参加し、地元のケーブルテレビでも放映されました。



神奈川支部では、ウェルフェアダンス普及活動推進の一つとして毎年企画している「輪(WA)～っと！ふれあいダンス交流会」(毎年100名程度の参加者)はコロナ禍等を考慮し未開催となりましたが、主に指導員の技術研鑽や今後の社会福祉活動への取り組みについて様々な検討が成されました。

熊本支部では、感染予防対策を実施しながら、社交ダンス、車いすダンス、手話ダンスの練習を継続し、第62回熊本県芸術祭に参加、また令和3年度上天草市文化協会「第42回大矢野支部芸術文化祭」では例年通り演技発表をいたしました。

社交ダンス、ウェルフェアダンスがコロナ禍においても、体力維持と心身の健康に役立っていることを、市長をはじめとした列席者及び参加者に広くPRしました。

また全盲者の会「赤いくつ」を支援しており、新型コロナウイルス感染症予防処置を徹底し、練習会やダンスパーティーを開催し、ブラインドダンスを楽しむなど普及活動を継続、実施しています。

香川支部は、新型コロナウイルスに対する対策として、健常者の方の安全基準より厳しい、香川県障害者スポーツ協会の策定した感染拡大防止ガイドラインにも留意し、最大限の安全対策を行い、活動を継続しました。

しかしながら、コロナ禍での活動のため、福祉施設などには例年よりも少ない期間での実施となりました。

他の各地域活動としましては、講習会場の確保が困難なこともあり、自粛中は地域責任者を中心にそれぞれ自己研鑽に務めており、厳しい状況下ではあっても、取り組みを進めています。

今後も福祉活動の指導者たるべき人材を育成し、更にウェルフェアダンス普及活動の輪を広げ、公益活動を推進してまいります。



ダンス教授所及びジュニア育成教室認定委員会委員長
奥野 友子

2020年に「ジュニアダンスの手引き 事例集」を作成し、2021年にジュニア指導員の方々にアンケートを実施致しました。

アンケートにお答えいただいた方々、お忙しいところ貴重なご意見をありがとうございました。

ジュニアといっても年齢や個性が様々で、その日の気分にも大いに左右されます。先生は、臨機応変に子供の反応をみながら、興味が持てるようにその日のプログラムを変更していかなくてはならず、なかなか難しい反面、子供の成長ぶりには驚かされます。時間は必要ですが、子供と指導者の信頼関係が生まれてくればドンドン吸収していつてくれるので本当に楽しくなります。

今はジュニア指導の機会がないとしても、何時でもお引き受けできるように、是非関心を持っていただきたく存じます。

その為には、文面だけの資料では伝わりにくいのご意見もあり、今後動画作成を考えております。予算、肖像権等いろいろと規制があると思われませんが、何とか実現に向けて取り組みたい所存ですので、皆様方からの実践事例の情報の提供がいただければ幸いです。ご支援ご協力を宜しくお願い申し上げます。

○ 実践事例（2021年7月29日）

会 場：滋賀県草津市大路まちづくりセンター 「学童保育のびっこ」

対 象：小学校1年生から3年生まで 70人



- ・ 感染対策：全員マスク着用、手指の消毒、部屋の換気はもちろんのこと、あえて机を置いて密にならないように努めました。
- ・ ジュニア指導の手引書 P.2 ワルツの曲に合わせて、準備体操を3班に分けて行いました。
- ・ サルサなどのリズムカルな音楽に合わせて、手の表現やその場で動ける範囲でポーズなどを楽しみました。

徳島県における新型コロナに対する取り組み

徳島県ダンス教師協会会長

橋本 英行

会員の皆さま、こんにちは。徳島県ダンス教師協会の橋本です。
今回は当協会の新型コロナへの感染症対策活動により、県知事から感謝状を得ましたので、その報告をさせていただきます。

徳島県では令和2年10月16日に徳島県新型コロナウイルス感染症の拡大防止に関する条例が施行されました。

その中で感染症防止を積極的に行っている業界団体（組合・協会など）は徳島県より認定を受け、県のホームページやメディア媒体等で紹介されることになりました。

正直に言って、このことがどの程度、ダンス教授所において効果があるのか、はなはだ不明でしたが、コロナ禍において生徒様の安全・安心に少しでも繋がるのであれば、当協会でも対応をしておいた方がよいと役員会で了解を得ました。

それを受けて、徳島県ダンス教師協会では、協会独自の新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドラインを作成し、県へ申請を行ったところ、受理されました。

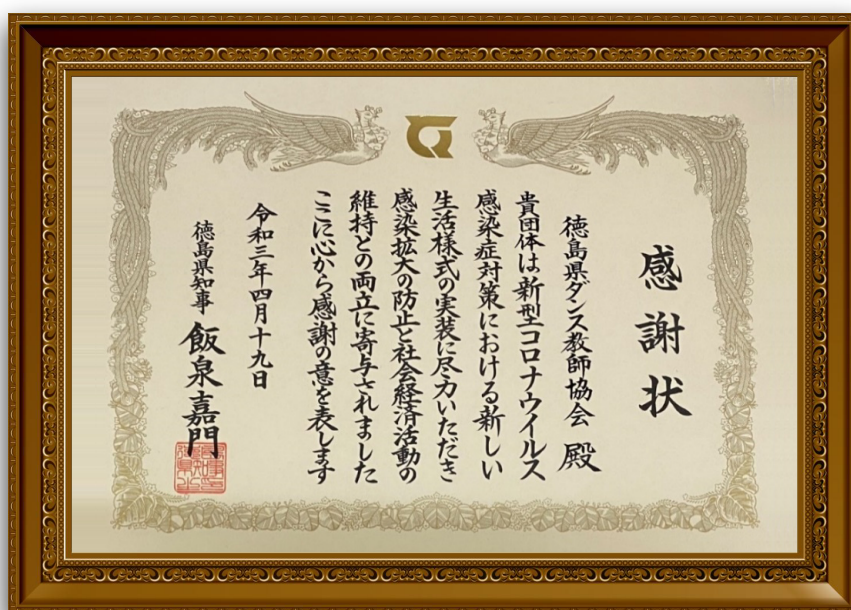
もっともガイドラインというと大げさに聞こえますが、普段各ダンス教授所が最低限している事を文書化しただけのものです。教授所によっては、もっと厳格に対応されているところも少なくはないと思います。

また、協会所属の各認定教授所には感染症拡大防止チェックリストの記入を義務付け、3か月ごとに協会事務局へ報告をしていただきました。

その様な活動が認められ、2021年4月19日に飯泉徳島県知事より感謝状をいただけることになりました。思いがけなく県の担当者より電話をいただけたのはとても驚きましたが、認められることは本当に嬉しいものです。

本稿を記載している時は第5波が収束をみせて、協会所属のダンス教授所も年末のダンスパーティーを開催しています。嬉しいことです。

とはいえ、新型のオミクロン株も海外では爆発的な猛威を見せ、まだまだ安心のできないところもあります。また以前の様に当たり前のダンスライフがおくれる日々を楽しみにしています。



(写真左から 飯泉徳島県知事、橋本英行先生、橋本由紀子先生)

2021 年度 ダンス教師認定講習・昇級試験報告（資格認定委員会）

2020 年度は、新型コロナウイルス感染症予防として、前期の試験を中止しましたが、2021 年度は感染予防対策を徹底し、予定通り前期、後期とも実施いたしました。

2021 年度では、16 名の新しい先生（アソシエイト）が誕生しました。

赤尾正人 足立律子 エガオダンス・アキオ 小川咲 小野和徳
佐々木嘉子 瀬海祥二 武尾恭章 長尾春恵 南北貴理子 西口美智子
林翔亮 森末さこ 山田さゆり ほか 2 名

昇級試験ではメンバー 8 名 ライセンシエイト 2 名 フェロー 4 名合格！！

2022 年度 (令和 4 年) ダンス教師試験日程

試験のご案内(2022)

前期ダンス教師認定試験
2022年6月9日 (木)

- ※ 集合講習は、考査日のおおむね 45 日前に実施します。
- ※ 集合講習及び考査の詳細は各地域会または本部にお問合せください。
- ※ 受験申請書類は、全ダ連ホームページからダウンロードできます。
郵便でお取り寄せの場合は、1 部 1,000 円 + 税で販売いたします。

試験のご案内(2022)

後期ダンス教師認定試験
2022年11月10日 (木)



速やかな情報発信のため、メールマガジンを実施しております。
全ダ連ホームページの登録ページまたは左記 QR コードにて、
是非ご登録ください。