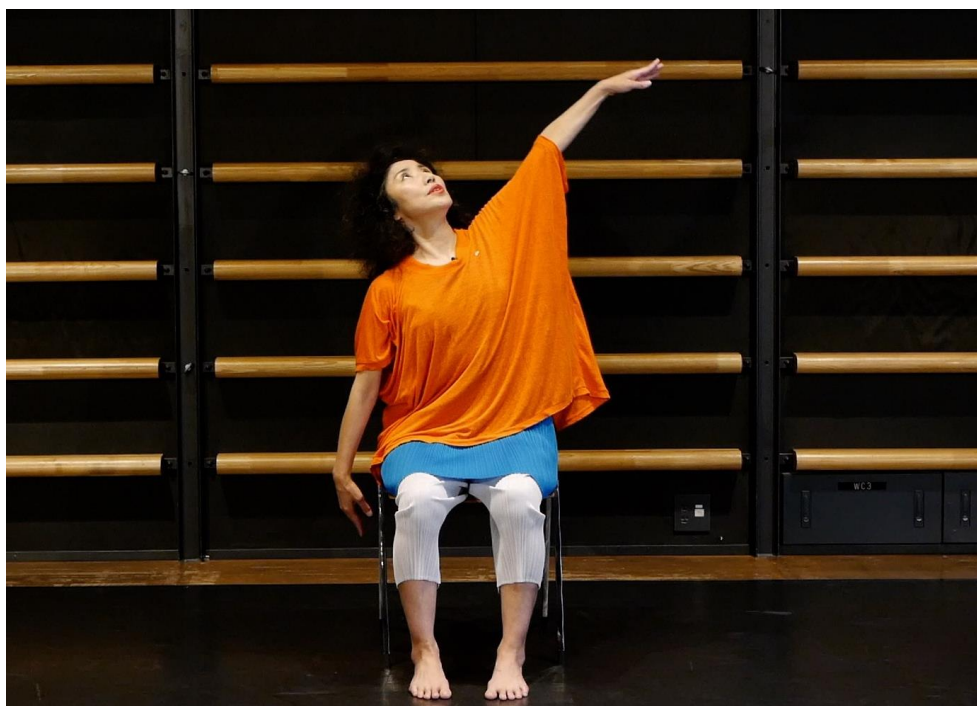


## シニアのためのお家でできるダンスレッスン動画を公開します！

世界の第一線で踊ってきた安藤洋子氏が、新型コロナウイルス感染防止等のため、外出機会が減っているシニアの皆さんの未病改善を応援します。

神奈川県では、文化芸術の魅力で人を引きつけ、地域のにぎわいをつくり出す、マグネット・カルチャー（マグカル）の取組を通じて、共生社会の実現を後押ししています。

このたび、障がいや年齢などにかかわらず、子どもから大人まで、全ての人が舞台芸術に参加し楽しめる「共生共創事業」の一環として、シニアの方が実践しやすい動きを取り入れた、自宅でできるダンスレッスン動画を無料で公開します。日々のレッスンで運動不足を解消し、未病改善に取り組みましょう。



### 1 動画作成の背景

現在、「共生共創事業」として実施しているシニアダンス企画「チャレンジ・オブ・ザ・シルバー」では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、ワークショップ等の活動を自粛しています。シニアの方の外出機会が減り運動不足になりやすくなっている中、これまでワークショップに参加したことがない方にも、ダンスの魅力を感じて楽しく未病改善に取り組んでいただくため、「チャレンジ・オブ・ザ・シルバー」のワークショップで講師を務める、世界の第一線で踊ってきた安藤洋

子氏が企画・出演する、自宅で簡単にできるダンス動画を作成、公開することとしました。

## 2 視聴方法

YouTube(かなチャンTV)で、本日から公開します。次の URL にアクセスして視聴してください。

・「シニアのためのお家でできる心軽やかダンスレッスン」(約 20分間)

<https://www.youtube.com/watch?v=4CNqTh09n8g>

## 3 講師

安藤洋子氏(ダンサー/振付家、「チャレンジ・オブ・ザ・シルバー」プロジェクトリーダー)



神奈川県横浜市生まれ。コンテンポラリーダンスを木佐貫邦子氏に師事。鬼才の演出家ウィリアム・フォーサイスの目にとまり、2001 年アジア人として初めてドイツ・フランクフルトバレエ団に入団。メインソロダンサーとしてドイツを拠点とし世界各国で踊る。現在は、日本とニューヨークを拠点にアーティストとして自己の身体表現を模索するとともに、経験を生かした芸術教育にも力を注ぐなど精力的に活動を続けており、令和元年度から開始した県主催のシニアダンス企画「チャレンジ・オブ・ザ・シルバー」のプロジェクトリーダーを務めている。

### <未病とは>

「未病」とは、健康と病気を二分論の概念で捉えるのではなく、心身の状態は健康と病気の間を連続的に変化するものとして捉え、この全ての変化の過程を表す概念です。



健康      未病      病気

### 問合せ先

神奈川県国際文化観光局文化課

マグカル担当課長      赤池      電話 045-285-0760

課長代理      加藤      電話 045-210-3806

<参考>

### 「チャレンジ・オブ・ザ・シルバー」について

「共生共創事業」において令和元年度から実施している、県内在住・在勤の 60 歳以上の方を対象としたシニアダンス企画で、ワークショップ等を実施しています。

新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、令和元年度末から開催を自粛していましたが、9月から、感染防止対策を講じた上で、ワークショップを開始する予定です。今回の動画で御興味を持たれた方は、是非御参加ください。

チャレンジ・オブ・ザ・シルバーの参加募集について(募集情報は今後掲載します)

<https://kyosei-kyoso.jp/events/>



©bozzo

シニアダンス企画「チャレンジ・オブ・ザ・シルバー」のワークショップの様子