

# ～ダンサー・ダンス指導者が知っておきたいヘルスケア～

## 『稽古場・劇場などにおける、もしもの為の応急処置』

お稽古中、また自分の主催する公演、発表会会場にて、ダンサーや観客の身体に異変が起こった時、指導者、主催者、ダンサー仲間として何が出来るのか？ 何をすべきか？ 取るべき行動の手順とは？ についての講習会を行います。足を捻って立てない！ 突然倒れた！ ケガをして出血している！ などもしもの時の為に、AED 講習も含め、実習を中心に学んでいきます。

企画協力:NPO 法人芸術家のくすり箱

### 講師

○レクチャー / 小曾根史代 (こそねふみよ)

NPO 法人芸術家のくすり箱 理事・事務局長

お茶の水女子大学舞踊教育学科卒業後、スポーツクラブ運営会社や IT 企業にて、人々の健康をサポートするスタッフ業務に従事。2005 年、芸術家の才能をサポートする NPO「芸術家のくすり箱」の立ち上げに参加。アーティストの活躍に生きるコンディショニングや治療の専門家とのネットワーク作り、マッチング等に奔走中。芸術家のくすり箱では、主催セミナーの他、カンパニーの公演をバックヤードでサポートする公演サポートプログラムやアーティストのニーズに応じたヘルスケアの出張プログラムを積極的に展開している。

○演習 / 加古円(かこまどか)

ATR 半蔵門アスレティック・トレーナー (有限会社トライ・ワークス所属)  
National Athletic Trainers Association BOC 公認アスレティック・トレーナー  
Eastern Washington University 体育学部スポーツ医学・アスレティックトレーニング学科卒業。ラグビーチームの専属トレーナーを長く経験。出産を機に、ATR 半蔵門にて、バレエダンサー、フィギュアスケート、トレイルランニングなどのパフォーマンスアップのためのエクササイズ指導、女性特有の不調改善エクササイズ指導、若年層のスポーツ時のけがからの復帰と再発防止トレーニングに従事。芸術家のくすり箱では、パフォーマーのためのウォーミングアップセミナーの講師やダンサーの怪我からの復帰プログラムなどに携わり、好評を得ている。



開催日時 2017 年 9 月 24 日(日) 13:00~16:00

開催場所 熊谷有梨バレエクラス(JR 鶴見駅東口徒歩 5 分・京急鶴見駅東口徒歩 3 分)

〒230-0051 横浜市鶴見区鶴見中央 4-5-10 Tel045-501-3031

対象 ダンス(ジャンルは問いません)を習っている方(中学生以上)・どなたでも

受講料 3,500 円(中学生 2,500 円) ※当日会場にてお納めください。

持ち物 動きやすい服装 ・ 筆記用具 (座学あり)

定員 25 名 ※定員になり次第締め切ります。

お申込み \* 受講申込書に必要事項をご記入の上、FAX にてお申し込みください。

FAX 045-506-4788

\* 協会 HP からもお申込み頂けます。 <http://www.dancekanagawa.jp>

公益社団法人神奈川県芸術舞踊協会 Tel045-502-1210 〒230-0051 横浜市鶴見区鶴見中央 4-29-17 第 10 下川ビル 303



### 受講申込書

|         |    |     |                              |  |  |
|---------|----|-----|------------------------------|--|--|
| お名前     |    | 年齢  | 性別                           | <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 中学生 |  |
|         |    | 才   | 男 女                          |  |  |
| ご住所 〒   |    |     | 所属                           |  |  |
| 電話      | 携帯 | FAX |                              | ※この企画を何で知りましたか?  |  |
| メールアドレス |    |     | 協会会報 チラシ 協会HP 知人から<br>その他( ) |  |  |