



〔協会の目的〕

ダンスセラピーにたずさわる人達の情報交換と技術交流の場となり、ダンスセラピーの普及を促します

〔活動内容〕

1. 会報：国内と海外のトピックス、情報、文献および人物の紹介をします（隔月刊）
2. 研究会：毎回テーマを決め、専門の人を中心にして勉強と実技をします（毎月）
3. 大会：全国から会員が集まり、総会と研究発表・ワークショップを行ないます（年1回）



〈入会金および会費〉

	入会金	年会費
正会員	1,000円	5,000円
学生会員	1,000円	3,000円
賛助会員	無料	50,000円(一口)

〈入会手続き〉

入会御希望の方は、別紙入会申込書を事務局宛てに郵送し、入会金と年会費を下記宛てに振り込んで下さい。

◆郵送先：〒134 東京都江戸川区清新町2-7-20
東京福祉専門学校内

日本ダンス・セラピー協会事務局

◆振込先：さくら銀行麹町支店
普通預金 610-5240581
日本ダンス・セラピー協会

日本ダンス・セラピー協会

〒134 東京都江戸川区清新町2-7-20

東京福祉専門学校内

phone 03(3804)1515 fax 03(3877)1177

JADTA



日本ダンス・セラピー協会

一口にダンスセラピーと言っても、その立場や理論、適応からさまざまな方法があります。国内で行なわれているもののうちのいくつかを紹介します。

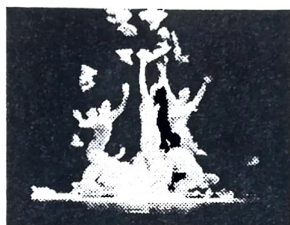
心と体は別々のものでなく、互いに影響しあい強く結びついています。心が病めば体が歪み、体が満ちれば心も高まります。

ダンス・セラピーは体の動きやリズム、肌のふれあいを通して、心と体のこわばりをほぐし、自分を見つめ直す機会を提供します。

そしてより健康へと導き、障害がある場合には、さらに直接的で大きな効果を生みだします。

私たちは、ダンス・セラピーが今後、医療・福祉・教育・芸術と幅広い分野で研究実践されていくよう応援します。

日本ダンス・セラピー協会



からだを目覚めさせるトレーニング

二人組で互いに相手の体をほぐしたり一緒に動きながら、からだの感覚をゆっくり、少しずつ高めていきます。モダンダンスのテクニックを折り込み、グループ全体で一つの有機的な動きを作り上げていきます。

アメリカン・ダンス

サンバ、チャチャチャ等ラテンのリズム。心身ともに、より自由にもっと自然になってゆく自分。汗を流した後は、自己調整法による深い深い休息。さあ、太鼓のビートで大地を踏みしめエネルギーに!!



岩下・湖南メソッド

音楽に合わせるよりも、まず自分の身体感覚を聴くようにします。はじめは一人で、それからペアを組んだり、グループに分れたりしながら、いくつかの即興の動きを、その場に応じて無理せずゆっくり進めていきます。

ボディートーク

ボディートークは文字どおり「体のおしゃべり」です。ホッホッホッと声を出しながら独特のリズムに乗り、体全体を中からほぐしていきます。笑いの中で、いつの間にか体だけでなく気持ちもほぐれていきます。



～ダンスセラピーの歴史～

ダンスセラピーは1942年、モダンダンサーのマリアン・チェイスが米国のセント・エリザベス病院で入院患者の治療を手探りで始めたのが最初です。1966年にはアメリカダンスセラピー協会が設立され、現在会員は欧米を中心に千名を越え、7つの大学院で養成講座が開かれています。

日本においても同様の試みが以前からなされていましたが、1980年代後半から海外のセラピストが相次いで来日したのをきっかけに関心が高まり、研究会がいくつも生まれました。社会的な要請も増え、企業や施設でワークショップが開かれ、関連学会でも発表が増えてきています。