

イザベル・カンピオン指導の“音楽家の為の運動療法” 11月開講

2014年9月25日

コンセール・パリ・トーキョウは、本年11月に「音楽家の為の運動療法(kinesithérapie pour les musiciens)」の講座を開催致します。

講師のイザベル・カンピオン(Isabelle Champion)は、フランスの音楽家専門の運動療法士(kinesithérapeute pour les musiciens)です。彼女は、ピアニストのミッシェル・ベロフやジャン＝エフラム・バヴゼの演奏機能回復に寄与したパリの「音楽家の為のクリニック”la Clinique du Musicien et de la Performance Musicale”」所属の運動療法士です。

カンピオンが所属する、パリの「音楽家の為のクリニック」は、フォーカル・ジストニアや腱鞘炎等のトラブルを持つ音楽家にリハビリを指導する場でもありますが、同時に、身体の構造を知って、より良い演奏法を習得したいと考える音楽家を指導する場でもあります。

フランスの演奏家は不調に気付くと、音楽家の為の運動療法の指導を受けています。音楽家の為の運動療法は、日本では未だ知られていない分野ですが、演奏の質向上の為に欠かせないものと考え、コンセール・パリ・トーキョウは2008年より、この企画を続けております。

注：フォーカル・ジストニアは、痛みを伴わない筋肉の不随意症状です。鍵盤楽器・弦楽器の場合は手に、管楽器の場合は口唇と手に現れます。

本年は下記の5種の講座を開講する予定です。

- 1、「音楽家の為の運動療法」グループ講座」
- 2、「フォーカル・ジストニアの方の為の半日講座」
- 3、「全ての演奏家の為の“アトリエ”」
- 4、「管楽器奏者の為の“アトリエ”」
- 5、公開指導講座「“音楽家の為の運動療法”の役割とは何か？
～フォーカル・ジストニアから演奏復帰した演奏家への指導を通して見えてくるもの～」

* 最新情報は、下記のブログに載せておりますので、ご覧ください。

<http://paris-tokyo.cocolog-nifty.com/>

1、「音楽家の為の運動療法」グループ講座(2009年からの継続企画)→10月中旬募集予定
この講座は、2009年から継続して企画している形式で、受講者1名と見学者数名のグループで“音楽家の為の運動療法”を学ぶ講座です。(受講者の希望に依り、非公開に出来る時間枠も作っております。)

本来、この講座は、トラブルの有る演奏家と共にトラブルの無い演奏家も対象とするものですが、ここ数年は、「トラブルの無い演奏家」の為の枠を少なくしておりました。それは、フォーカル・ジストニアに悩む方々からの希望が多かった為ですが、今年は、「トラブルの無い演奏家」も対象とする講座と致します。

フォーカル・ジストニアについての知識は、ここ数年でかなり広まりましたので、フォーカル・ジストニア等のトラブルを予防する演奏方法の普及にも取り組むべき時期が来たと考えているからです。

音楽家は或る意味「肉体労働者」です。その肉体を合理的な使い方をすることが肝要であります。この講座は、良い演奏をする為に欠かせない「合理的な身体の使い方」を学ぶ講座です。

日時: 11月13日(木) 10時~13時

11月19日(水) 10時~13時

11月20日(木) 10時~13時

11月21日(金) 10時~13時

場所: マイスペース アスピア Aスタジオ (京王新線幡ヶ谷駅北口から徒歩2分)

Tel.03-3374-6666 <http://www.velatec.co.jp/aspia/index.html>

対象: フォーカル・ジストニアの方を含む全ての演奏家

受講料金: 18,000 円(1コマ: 50分)

募集時期: 2014年10月中旬予定

通訳: 黒木梨沙(ピアニスト)

主催: コンセール・パリ・トーキョウ 共催: プレジール 協力: 受講者連絡委員会

2、「フォーカル・ジストニアの方の為の半日講座」(2014年新設講座) →満席

上記の「“音楽家の為の運動療法” グループ講座」を受講されたフォーカル・ジストニアの方から意見や希望をうかがって 2012 年に創設した「フォーカル・ジストニアの方の為の1日講座」は大変好評でした。今年は、その内容を変えずに時間を4時間に短縮した「フォーカル・ジストニアの方の為の半日講座」を3回開催することに致しました。

「フォーカル・ジストニアの方の為の半日講座」は「フォーカル・ジストニアの方の為の1日講座」と同じ2つの特徴を備えております。

他の方への指導をご覧になることに依り、ご自身への指導内容がより良く理解出来るようになるという点、そして、同じようにフォーカル・ジストニアに悩む方とコミュニケーションを持つ機会となるという点。同じ悩みを持つ方とのコミュニケーションは、孤立しがちなフォーカル・ジストニアの方の気持ちの支えになっているというお話を毎回うかがいます。

「半日講座」はこの2つの特徴を受け継ぎつつ、更に“講座の最初の30分間を「日本語に依るガイダンス」にする”という改良点を付け加えます。フランス語での講座が始まる前に「日本語に依るガイダンス」を加えること依り、自然な形で講座に入っていただくことが出来ることと思います。

内容は、エクササイズ(全身、腕、指等・必要に応じて)、個人指導の公開レッスン、ディスカッション等。

*エクササイズも組み込んでおりますが、エクササイズに充てる時間は限られますので、別日程で開講される「アトリエ」講座を併せて受講されることをお勧め申し上げます。

* 講座内容は、受講者の症状・構成等を考慮の上で、講師のイザベル・カンピオンが決定致します。

日時：11月14日(金) 10時～14時

11月16日(日) 09時～13時

場所：マイスペース アスピア アスタジオ (京王新線幡ヶ谷駅北口から徒歩2分)

Tel.03-3374-6666 <http://www.velatec.co.jp/aspia/index.html>

参加条件：フォーカル・ジストニアの症状がある方で、全4時間出席出来る方。

* 初めて「音楽家の為の運動療法」を受講されるフォーカル・ジストニアの方は、この「フォーカル・ジストニアの方の為の半日講座」と併せて、「グループ講座」(11月13日、19日、20日、21日に開講)を1回、必ず受講すること。

* 上記に該当する方で、「グループ講座」受講が日程的に無理な場合は、ご相談下さい。

定員：各日3～4名 (最少催行人数：3名)

受講料金：金曜日 25,000 円、日曜日 27,000 円

募集時期：2014年9月5日午前8時～9月11日正午

PC・スマホ共用フォーム URL <http://ws.formzu.net/fgen/S26851329/>

スマホ専用フォーム URL <http://ws.formzu.net/sfgen/S26851329/>

携帯電話用フォーム URL <http://ws.formzu.net/mfgen/S26851329/>

通訳：黒木梨沙(ピアニスト)

主催：コンセール・パリ・トーキョウ 共催：プレジール 協力：受講者連絡委員会

3、「全ての演奏家の為の“アトリエ”」(2012年創設講座) → 9月22日発売開始

楽器演奏する時に、より良く身体を使えるようになる為のエクササイズを実践する講座です。肩甲骨や上肢帯の働かせ方、呼吸の方法等の指導を致します。このエクササイズは、トラブルの予防手段にもなり、また、痛みや腱鞘炎の治療の一つの手段にもなるものです。

2012年、2013年と大変好評でしたので、今年も企画致します。

昨年より、この形式の講座が東京藝術大学(藝大)でも行われております。(対象は藝大の学生)

日時:11月08日(土) 11時~13時

場所:スペース Do (管楽器専門店ダク地下)

〒169-0073 東京都新宿区百人町 2-8-9 Tel 03-3361-2211

<http://www.kkdac.co.jp/do/index.html>

対象:フォーカル・ジストニアの方を含む全ての演奏家、音楽指導者

定員:20名

通訳:福本しのぶ(ハーピスト)

受講料金:4,800円 → 事前に受講チケットをお買い求めください。

*受講チケット(9月22日発売開始)ご購入は下記へ

web予約:<http://www.confetti-web.com/detail2.php?tid=26127&>

電話予約:カンフェティチケットセンター(フリーダイヤル)0120-240-540(受付時間 平日 10:00~18:00)

主催:コンセール・パリ・トーキョウ 協力:管楽器専門店ダク

4、「管楽器奏者の為の“アトリエ”」(2014年新設講座)→ 9月24日発売開始

2012年、2013年に好評を博した「全ての演奏家の為の“アトリエ”」の管楽器特化バージョンです。

乞う、ご期待!!

日時:11月15日(土) 14時~16時

場所:スペース Do (管楽器専門店ダク地下)

〒169-0073 東京都新宿区百人町 2-8-9 Tel 03-3361-2211

<http://www.kkdac.co.jp/do/index.html>

主な対象:フォーカル・ジストニアの方を含む管楽器奏者、管楽器指導者

定員:20名

通訳:齊藤佐智江(フルーティスト)

受講料金:4,800円 → 事前に受講チケットをお買い求めください。

*受講チケット(9月24日発売開始)ご購入は下記へ

web予約:<http://www.confetti-web.com/detail2.php?tid=26167&>

電話予約:カンフェティチケットセンター(フリーダイヤル)0120-240-540(受付時間 平日 10:00~18:00)

主催:コンセール・パリ・トーキョウ 協力:管楽器専門店ダク

5、公開指導講座「音楽家の為の運動療法」の役割とは何か?

~フォーカル・ジストニアから演奏復帰した演奏家への指導を通して見えてくるもの~(2013年創設講座)→ 詳細未定

「音楽家の為の運動療法」って、どんなことをやるの?と興味をお持ちの方々に、その実際の指導法と役割を知っていただくために、チャンピオンの実際の指導を公開することに致します。

この講座に参加されましたら、“音楽家の為の運動療法”は、トラブルの有る演奏家に有効なりハビリとなると同時に、トラブルの無い演奏家の演奏向上に繋がる合理的なメソッドであることを認識されることと思います。

日時：11月07日(金) 13時～14時 30分予定

場所：マイスペース アスピア Aスタジオ (京王新線幡ヶ谷駅北口から徒歩2分)

Tel.03-3374-6666 <http://www.velatec.co.jp/aspia/index.html>

日時：11月17日(月) 11時～12時 30分予定

場所：スペース Do (管楽器専門店ダク地下)

〒169-0073 東京都新宿区百人町 2-8-9 Tel 03-3361-2211

<http://www.kkdac.co.jp/do/index.html>

《イザベル・カンピオン (Isabelle CAMPION) プロフィール》

運動療法士、アマチュアチェリスト。

楽器演奏時に苦痛を伴う多くの演奏家の治療に当たっている。

2000年より演奏家のパフォーマンスや健康に焦点を当て、運動医学を専攻、また芸術医学のディプロムを取得。2002年より「音楽家の為のクリニック” la Clinique du Musicien et de la Performance Musicale”」勤務。そこで演奏家の職業疾患とその予防、テクニックや音楽表現のための動作の最適化、“あがり”の克服の研究、指導をしている。また、フランス国内外での講演会、オーケストラ、音楽教育機関でのトレーナーとしての活躍など、音楽に関する活動に大きな情熱を注いでいる。

日本では、2009年よりコンセール・パリ・トーキョウ企画の講座で講師を務め、2010年からは毎年、東京藝術大学に於ける特別講座の講師を務めている。

講座の詳細は、コンセール・パリ・トーキョウのサイトをご覧ください。

<http://www.concert-paris-tokyo.com/>

最新情報は、下記ブログに掲載しております。

<http://paris-tokyo.cocolog-nifty.com>

コンセール・パリ・トーキョウ 野瀬百合子

電話&FAX 03-3487-7967