

イザベル・カンピオン指導の“音楽家の為の運動療法” 2013

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が付くと、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おりませんが、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(2009年からの継続企画)←10月初旬募集予定

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」の為に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ことからでしたが、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。

9月7日版でのお知らせから、日時と場所の変更があります。

11月22日(金)午後 → 11月20日(水)午後

こちらが改訂版日程です。

↓

日時・場所:

11月13日(水)午前 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>

11月20日(水)午後 B-tech Japan 東京スタジオ (東京メトロ銀座線「虎ノ門」徒歩1分)

Tel: 03-6205-4005 <http://www.b-techjapan.com/studio.html>

11月21日(木)午前・午後 渋谷区文化総合センター大和田(渋谷駅西口から徒歩5分)

ホール事務室 Tel.03-3464-3251 <http://www.shibu-cul.jp/>

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:15,000円(1コマ:50分)

募集時期:2013年10月初旬予定

通訳:11月13日(水)、21日(木)黒木梨沙(ピアニスト)

11月20日(水)福本しのぶ(ハーピスト)

* 上記の時間帯に関しては、非公開の希望は出せません。

* 6名程度の見学者に公開されます。

「“音楽家の為の運動療法” グループ講座」の内、「非公開の希望を出せる講座」は、上記の時間帯とは別に設定致します。日程のお知らせは10月半ば頃予定。

2、「フォーカル・ジストニアの方の為の1日講座」(2012年創設講座) ←募集終了

2009年から継続して企画している「“音楽家の為の運動療法” グループ講座」(上記)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年に創設した講座です。

1日をフルに使うこの講座は大変好評でしたので、今年も企画致します。

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

日時:11月12日(火) 10時~17時 (昼休み約1時間を含む)

場所:マイスペース アスピア B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、全時間帯出席出来る方

定員:8名 (最少催行人数:6名) ← 定員に達しました。

受講料金:25,000円

通訳:福本しのぶ(ハーピスト)

3、「全ての演奏家の為の“アトリエ”」(2012年創設講座)←募集終了・追加募集の可能性あり

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。

こちらでも好評でしたので、今年も企画致します。

今年は、この形式の講座が東京藝術大学(藝大)でも行われます。(対象は藝大の学生)

日時: 11月22日(金)9時半～11時半

場所: 渋谷区文化総合センター大和田 大練習室

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

受講料金: 4,800 円

募集時期: 2013年9月15日～9月19日

*** スタジオの収容人数を確認後、数人追加募集する可能性があります。**

通訳: 福本しのぶ(ハーピスト)

4、新設講座「“上がり”に対処する方法」

この講座は、演奏家の永遠のテーマである“上がり”への対処を、“音楽家の為の運動療法”のメソッドを使って説明する講座です。

フランスでは、オーケストラに対する“音楽家の為の運動療法”の講習をする際に必ず取り入れられる講座ですが、勿論、日本初公開!!

日時: 11月20日(水)10時半～12時半

会場: B-tech Japan 東京スタジオ

Tel: 03-6205-4005(東京メトロ銀座線「虎ノ門」徒歩1分 A7 番出口)

<http://www.b-techjapan.com/studio.html>

対象: 全てのジャンルの演奏家と音楽学生(フォーカル・ジストニアや腱鞘炎等のトラブルをお持ちの方を含む)

募集人員: 受講者20名

受講料: 5,000 円

通訳: 福本しのぶ(ハーピスト)

5、新設講座 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～

「“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。

「俎の上の鯉」となるのは、フォーカル・ジストニアから演奏復帰を果たしたクラリネット奏者の尾上昌弘氏。

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。

講座構成は、50分間の指導と質疑応答。質問がお有りの方は、是非この機会にご質問を！

日 時 : 2013 年 11 月 22 日 (金) 13 時 45 分 ~ 15 時 15 分

会 場 : 渋谷区文化総合センター大和田 練習室3

講 師 : イザベル・カンピオン

モデル受講者: 尾上昌弘(クラリネット奏者)

通 訳 : 福本しのぶ(ハープ奏者)

参 加 費 : 4000円(定員20名)

《尾上昌弘 プロフィール》香川県出身。15 歳よりクラリネットを始める。香川県立坂出高等学校音楽
科卒業。東京藝術大学音楽学部を経て、同大学大学院修士課程修了。クラリネットを高畑直美、山崎
盾之、藤井一男、村井祐児、山本正治、三界秀実諸氏に師事。

また木管五重奏団 アンサンブル・ミクストのメンバーとしても活動している。同団体で 2011 年、第 7 回
大阪国際室内楽コンクール管楽アンサンブル部門第 3 位(同部門における日本人団体の史上最高
位)。

音楽家の疾患であるフォーカル・ジストニアが右手に発症したのが、2008 年頃である。当初は演奏困
難な状態にまで陥るが、演奏活動を続けながら治療に取り組み、現在は演奏復帰している。

主催

《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」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1回、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>