

表現力を高めよう

～世代を超えて！伝えたいことを全身で伝えよう！～

令和 5 年度大田区地域力応援基金助成事業

2023 年 8 月 20 日（日）カムカム新蒲田 多目的室（大）

プログラム

【第 1 部】EXPRESSION メンバーによる発表

●ダンス 振付・指導：ミッキー（生沼幹夫）Educational Dancer

1. 『サクラ』（ケツメイシ） EXPRESSION 子ども全員
2. 『ハートビート』（シクラメン） EXPRESSION 子ども全員



●朗読 構成・指導：黒田育美（フリーランスアナウンサー） ピアノ演奏：井出幸子

『谷川俊太郎の世界』 EXPRESSION 子ども & 大人

1. 『わかんない』 子ども（みどり・あやん・きこ）
2. 『だって』 子ども（すず・わかな）
3. 『おおきくなる』 子ども（しほり・さき）
4. 『天使とプレゼント』 子ども（はつね）
5. 『いや』 子ども（さき・きこ・しほり・みどり）
6. 『ありがとう』 子ども（ののか・りさ）
7. 『ワクワク』 大人全員
8. 『かっぱ』 子ども全員 & 大人全員



▲子どもメンバー

●歌唱 指導・指揮：田川理穂（メゾソプラノ） ピアノ演奏：井出幸子

『ふるさとの四季』 組曲 編曲 源田俊一郎 EXPRESSION 子ども & 大人

1. 『ふるさと』 作詞 高野辰之／作曲 岡野貞一
2. 『春の小川』 作詞 高野辰之(林柳波 改作)／作曲 岡野貞一
3. 『朧月夜』 作詞 高野辰之／作曲 岡野貞一
4. 『鯉のぼり』 文部省唱歌
5. 『茶摘み』 文部省唱歌
6. 『夏は来ぬ』 作詞 佐佐木信綱／作曲 小山作之助
7. 『村祭り』 文部省唱歌
8. 『紅葉』 作詞 高野辰之／作曲 岡野貞一
9. 『冬景色』 文部省唱歌
10. 『ふるさと』 作詞 高野辰之／作曲 岡野貞一



▲大人メンバー

【第2部】 体験レッスン♪ さあ！皆さん一緒に！

●ダンス 講師：ミッキー（生沼幹夫）Educational Dancer

『ハートビート』（シクラメン）

●朗読 講師：黒田育美（フリーランスアナウンサー） ピアノ演奏：井出幸子

『かっぱ』『生きる』（詩 谷川俊太郎）

●歌唱 講師：田川理穂（メゾソプラノ） ピアノ演奏：井出幸子

『ふるさとの四季』組曲より『茶摘み』『紅葉』『ふるさと』



第2部体験レッスン・テキスト

●朗読

『かっぱ』 谷川俊太郎

かっぱ かっぱらった

かっぱ らっぱ かっぱらった

とってちってた

かっぱ なっぱ かった

かっぱ なっぱ いっぱ かった

かって きって かった

『生きる』 谷川俊太郎

生きているということ

いま生きているということ

それはのどがかわくということ

木もれ陽がまぶしいということ

ふっと或るメロディを思い出すということ

くしゃみすること

あなたと手をつなぐこと

生きているということ

いま生きているということ

それはミニスカート

それはプラネタリウム

それはヨハン・シュトラウス

それはピカソ

それはアルプス

すべての美しいものに出会うということ

そしてかくされた悪を注意深くこぼむこと

生きているということ

いま生きているということ

泣けるということ

笑えるということ

怒れるということ

自由ということ

生きているということ

いま生きているということ

いま遠くで犬が吠えるということ

いま地球が廻っているということ

いまどこかで産声があがるということ

いまどこかで兵士が傷つくということ

いまぶんこがゆれているということ

いまいまが過ぎてゆくこと

生きているということ

いま生きているということ

鳥ははばたくということ

海はとどろくということ

かたつむりははうということ

人は愛するということ

あなたの手のぬくみ

いのちということ



●歌唱

ちやつ 【茶摘み】

なつ ちか はちじゅうはちや の やま わかば しげ
一、夏も近づく八十八夜 野にも山にも若葉が茂る

み ちやつみ あかねだすき すげ かさ
あれに見えるは茶摘じゃないか 茜 櫛 に菅の笠

ひより きょうこ ごろ ころろ つ うた
二、日和つづきの今日此の頃を 心のどかに摘みつつ歌ふ

つ つ つ つ にほん ちゃ
摘めよ 摘め摘め 摘まねばならぬ 摘まにや日本の茶にならぬ

もみじ 【紅葉】

あき ゆうひ て やま こ うす かず なか
一、秋の夕日に照る山もみじ 濃いも薄いも数ある中に

まつ かえで つた やま すそもよう
松をいろどる 楓や蔦は 山のふもとの裾模様

たに なが ち う なみ ゆ はな よ
二、谷の流れに散り浮くもみじ 波に揺られて離れて寄って

あか きいろ いろ みず うえ お にしき
赤や黄色の色さまざまに 水の上にも織る 錦

【ふるさと】

うさぎお か やま こぶなつ か かわ
一、兎追ひし彼の山 小鮒釣りし彼の川

ゆめ いま わす ふるさと
夢は今もめぐりて 忘れがたき故郷

いか ちちはは つつが とものがき
二、如何にいます父母 恙なしや友垣

あめ かぜ おも ふるさと
雨に風につけても 思ひいづる故郷

こころざし は ひ かえ
三、志を果たして いつの日にか帰らん

やま あお ふるさと みず きよ ふるさと
山は青き故郷 水は清き故郷



朗読 BGM 名称と作曲者

『おおきくなる』 「明日への手紙」 作曲：池田綾子

『天使とプレゼント』 「しあわせのうた」 作曲：小川史哲

『いや』 「Tomorrow」 作曲：Charles Strouse

『ありがとう』 「Thank You for the Music」 作曲：Benny Andersson And Björn Ulveaus

『ワクワク』 「Heart」 作曲：Richard Adler And Jerry Ross

『生きる』 「Diary」 作曲：Chie Tanaka

EXPRESSION メンバー



子ども

- (小3) 荒井 和奏・佐々木 すず
- (小4) 井川ジョシマニ 明治晏・日高 希香・森野 翠
- (小5) 池田 彩希
- (小6) 荒井 初音・牧 しほり
- (中2) 加瀬谷 和花・日高 里咲

大人

荒井 裕子・荒井 佳子・井上 寿世・小川 史哲・
金川 久美・工藤 奈央子・齋藤 友里・境 和彦・
佐々木 達恵・竹内 知恵子・田中 充・千島 美江子・
利根川 保子・西方 真規子・藤本 美穂子・満田 聡・
望月 一恵

講師プロフィール

朗読 フリーランスアナウンサー 黒田 育美



フリーランスアナウンサー。NHK・テレビ朝日等でキャスターやリポーターとして16年間報道の現場を踏み、現在は各種企業や小・中学校など教育施設における「伝える力のある声と話し方」セミナー等の講師を務める。各種スピーチやプレゼンの特訓、就活や受験用の面接突破のためのプライベートレッスン、また、様々な分野のコンサートにて生演奏と朗読・語りでコラボレーションする。一般社団法人 EXPRESSION 代表理事。

歌唱 メゾソプラノ 田川 理穂



La Riho's club 主宰。国立音楽大学付属中・高、同大学声楽学科卒業。声楽を岩渕嘉瑩、S.Sammaritano 氏に師事。『メサイア』『レクイエム』『戴冠ミサ』『スターバトマーテル』『第九』等ソリストを務める。小中学校・合唱部のボイストレーナーを務めるほかコンクールの審査員として招聘されている。La Riho's club の主宰として、Silvestro 氏より、発声メソッドを託され裾野を広げ活動。

ダンス Educational Dancer ミッキー (生沼 幹夫)



「educational dancer (学校教育に根ざしたダンサー)」として、20年以上栃木・埼玉・東京を中心に小・中・高校・大学へのダンス授業指導を行い、延べ2万人以上の児童生徒に指導。様々なダンスイベントに出演。コンテスト・発表会等に自身の生徒たちも出演させ、WOD ロサンゼルス大会へも子供たちを牽引。公立学校特別ダンス講師としても、様々な学校現場・授業にて指導をしておりダンスコンクール等の審査員長も務める。

ピアノ演奏 井出 幸子



玉川大学ピアノ科卒業。いずみたく主催ミュージカル劇団フォーリーズ(現在イツフォーリーズ)にてミュージカルと出会い、その後フリーとなり、ミュージカルのリハーサルピアノ、パレエのレッスンピアノ、LIVE 演奏、また、子どもミュージカルや後進の指導などの活動をする。EXPRESSION の様々な企画でピアノ演奏を担当する。