

フラメンコを楽しむ人のコミュニティペーパー

ファルーカ www.farruca.jp

Farruca

2021年7月
Vol.62



②-【特集】スタジオ アリアーテ 体験レッスンにGO!

- ⑤ - 【寄り道手帖】インタースペイン留学センター
- ⑥ - 【旬モノ】トランスフォルマシオン
- ⑦ - 【カフェフラメンコ】『フラメンコの木』を学ぶ
カンテス デイダ イブエルタ 後編
- ⑧ - 【フラメンコの輪】島崎リノ
- ⑨ - 【簡単レシピ】サルピコン
【エミリーちゃん】スペインの花言葉で占いの巻
- ⑩ - 【みんなで解決】ココロに残った名回答集
【映画】『セブンティーン』
【CD CHECK】アルヘンティーナ
「ラ・ビダ・デル・アルティスタ」

- ⑪ - 【日本の中のスペインを探せ!】
「コストコ」で見つけた!
スペイン食材オススメTOP3
【あなたの知らないスペイン】スペイン人の金銭感覚
【レッスンで使われるスペイン語を覚えよう!】
フラメンコ用語
- ⑫ - 【エキスパートに質問】中田佳代子さん
【Pick Up】オンラインでも楽しめる
フラメンコ Fromスペイン
- ⑬ - ◎ライブ情報
- ⑮ - ◎Farruca's Room
◎プレゼント
- ⑯ - ◎ファルーカセレクトショップ

Take Free 無料



体験 レッスンに GO!

ファルーカ恒例の「体験レッスンにGO!」。今回は「フラメンコスタジオ アリアーテ」にスポットを当て三枝麻衣さん、ヴォダルツ・クララさん、タマラさんのレッスンを体験しました!

フラメンコスタジオ アリアーテ

フラメンコスタジオ アリアーテは、東京都内に「アリアーテ東新宿」、「アリアーテ自由が丘」、「アリアーテHARU」の3スタジオがあり、のべ35名ほどの講師がレッスンを行なっています。また、多くのクラスで体験レッスンを受け付けています。

- アリアーテ東新宿
東京都新宿区大久保2-5-19 シティプラザ大久保1F
- 自由が丘アリアーテ
東京都目黒区自由が丘1-26-1
SS自由が丘ビル 地下1F
- アリアーテHARU
東京都新宿区上落合3-10-3 加藤ビル地下1F

<https://www.arriate.tokyo>

三枝麻衣さん

(アリアーテHARUクラス)

入門・初級クラスのセビジャーナスと中級クラスは各1時間ですが、重複する30分は共通の基礎レッスン。この日は2つのクラスを1時間半続けて受けることになりました。

前半は姿勢、体重移動を意識した基本運動。先生の動きを見ながら繰り返し返します。セビ

初級・中級クラス (19:30~21:00)

- ストレッチ
- マノ、ブラン
- 姿勢、体重移動を意識した基本運動
- セビジャーナス
- パルマとサバテアード
- ブエルタ
- ファンダンゴ(復習)
- タラント(振付)
- ブレリア



さえずさ まい

13歳で単身渡西。多くのアルティスタに学ぶ。
1999:第8回新人公演努力賞受賞。
2004:第13回新人公演奨励賞受賞。
ソロとして、舞台出演やタブラオ「カサルティスタ」等に出演するほか、鈴木真澄さん、三枝雄介さんとともにファミリア・ラマスとしても活動中。

ジャーナスはカスタネットを使って。

中盤はサバテアード。ゴルペ・タコン・タコンなどの基本の動きに、パルマでアレグリアスのアセントを合わせます。足は倍速、3連と変化して、難しいけれど、繰り返し練習することで、コンパスを体感できるようになるのだそう。
ファンダンゴの振り付けを見学した後、タラントのジャマード、サバテアートを教わります。そして最後にブレリア。輪になり、順に1人ずつ踊ります。順番も振付も自分のタイミングで!これはもうドキドキです!

クラスの目指すところは「クアドロフラメンコ」で踊ること。クアドロとは「縁縁」の意味で、ギター、歌い手、踊り手が一つの舞台上上がって行う構成のショーです。スペインではプロになりたてのアルティスタは、タブラオに出演しクアドロフラメンコで経験を積むのだそう。「クアドロフラメンコは対応力、瞬発力が大事。歌を聴き、空気を読んで踊ります。周りとコミュニケーションを取りながら楽しく踊れるように、と思っています。」と三枝先生。『間違える』こと



皆さんのファンダンゴを見学。



基本運動。見習ってブランを動かす!



タオル、またはモップの柄(!)を持ってストレッチ。



ブレリア。輪になって、いっに入る?!ドキドキの瞬間!



パルマを打ちながらのエスコビージャ。ときどき制御不能におちいります!

を気にせず、その時に『どう対応するか』ということに大事にしたい。発表する機会はクラスの希望に合わせて。振付もゆっくり進みます。踊ることをもっと楽しんで!とのこと!

ヴォダルツ・クララさん

(アリアーテHARUクラス)

蔓延防止等充填措置の中、この日は2人の参加で始まりました。



力を入れない、胸を開く、中心軸が大事!



足のストレッチは足裏を伸ばして。



力をためて…
ブラソをあげる前の瞬間!



いつも姿勢は天井を意識して。



力を解放して
大きく!



力をためて…
ブラソをあげる
前の瞬間

ストレッチは、呼吸と姿勢をチェックしながら。天井を意識して上半身を引き上げ、バランスをチェック。そしてブラソもゆっくりとプラス。基本の動作を確認します。力を入れず、胸を広げて。中心軸を意識することでブレずに大きく動かすことができるそう。

エスコビージャも最初はゆっくり。足の裏をいかに使うか、かかとをMAXまで上げて、バラ

ンスはお腹で支える、などアドバイスを受けながら早さを上げて行きます。

ブルエルトは回り方を2種類教わり、回転前にはしっかりと止まります。

そして「アレグリアス」。アセント10で振り向きますが、その前はタメてタメてキュッと振り向く!緩急をつけるのがポイント!前述のブルエルトも一度しっかりと止まるのは、緩急をつけるため。かつこいんです!

いつか自ら「テアトロフラメンコ」の舞台作りをすることが大きな夢というクララさん。舞台が大好きとのことで「未定ですが、ゆくゆくは教室でもミニライブやクアドロフラメンコなども企画したい。」とのこと。

フラメンコは踏み込めば踏み込むほど悩みは尽きないといえ、奥が深いです。でもひとまず悩みは置いて、楽しみつつ大事に思う気持ちを大切に!とクララさん。

定期レッスンはチケット制。都合に合わせてやすいのも魅力です。

中級クラス (18:30~19:30)

ストレッチ

姿勢チェックと
基本運動
(天井を意識して)

姿勢確認と
ブラソ

姿勢確認と
サバテアード

ブルエルト

アレグリアス



ヴァダルツ・クララ

2009: 青木愛子スペイン舞踊研究所に所属。
2014: 第23回新人公演奨励賞受賞。短期渡西し、多くのアルティスタに師事。
2020: フラメンコ・プーロ国際コンクールファイナル進出。帰国後ソロ活動を開始。
今後は、ライブ出演のほか、リモート配信への出演も参加予定。

タマラさん

(アリアーテ東新宿クラス)



タマラ

2007~2016: 浅見純子AJ Flamenco COMPANY 所属
2017: 第26回新人公演奨励賞受賞。
2018: Emilio Maya Cortes 主催グラナダフェスティバル公演に参加。
2020~2021: WEBフェスティバル連続入賞。
青山TOROブックイング担当。
11/21 第2回クラス発表会開催。

初中級 テクニカクラス (12:00~13:15)

ストレッチ

姿勢チェックと
基礎運動

体重移動、
ブルエルト、
股関節の使い方等

マルカール

ブレリア

ストレッチの後、立ち姿をチェック。背骨、腰椎(ようつい)を緩めて体を起こし、肩甲骨を中に入れます。あばらも中に、天からまっすぐに立ちます。力が入っているのは、足の裏と脇下の筋肉。あごを引いて完成です。

ソロコンパスに合わせて、体重移動を意識した基本運動。先ほどと同じく脇をしめて上体を引き上げながら、前後左右に一步踏み出します。さらにブラソを加え全身運動に。体重移動させますが、背伸びしない、腰の高さを変えない、と余分な動きをしないというのが意外と難しい!

次に、6コンパスのマルカール。基本姿勢を意識して、腰が流れないよう、脇をしめるようおこないます。またアセントの頂点に動作が来るようにと、静止・回転のとき、キレのある動作を心がけます。これまた、なかなか難しい!最後はブレリア。基本注意点は同じ。無駄な

動きをしないことが、カッコ良い動きにつながるのとこと。「ナチュラルな身体の使い方が大事。ストンと床の上に立ってみたい欲しい。」とタマラさん。実は「しないこと」がとても難しい！ということに気づきます！

発表の場としては、有志を募ってWEBフェスティバルに参加したり、小さい作品づくりなども企画中です。「みなさんがEbodyでいられる形を考えていきます！」とのこと！



脇を引き上げ、骨盤をまっすぐに！



どこの筋肉に力が入るのか、タッチしてチェック！



マルカールでも身体の使い方を確認。

キレのある動き、カッコ良いです！



体制維持も脇のテンションを上げます。



前後左右に足を動かし体重移動。



おつかれさま ミニ座談会



参加者：ファルダさん(フ)、バルマさん(バ)、マノさん(マ)、編集部(編)

(編) みなさんお疲れ様でした！みなさん、経験者ということで参加していただきましたが、いかがでしたか？

(フ) 体験レッスンはちょー緊張します！どんなことをやるかわからないし！

(バ) 経験者でもドキドキするよね。

(マ) 先生の「一動をガン見しちゃいます。」でも、ドキドキしながらも、できないところは先生が簡単バージョンにしてくれて、わかりやすかったです！

(フ) 私は、基本練習はやっぱり勉強になるなあと。手先から足の指先まで神経を研ぎ澄まして…基本に忠実に！を改めて再確認しました。

(バ) わかっているつもりでも、改めて「ああ、そうだった！」って感じることも、あるよね。私は体の癖を先生に指摘されてビックリ。でも、個性でもある、とおっしゃってくださって。

(バ) 私は背が高いんだけど、先生も同じような体型で、「こうすると…」と具体的に身体の使い方を教えてもらったのがとても嬉しかったです。

(編) レッスンの内容で印象に残ったことは？

(フ) 最後のブレリアは心も体も準備していなかったのが焦りました！いろんな記憶を総動員して、よく歌を聴いて、と良い刺激になりました(笑)。

(マ) アレグリアスで「緩急をつけて踊る」というアドバイスを受けたのですが、それが踊っていて、とっても楽しかったです！

(フ) テクニカルで、基本的な動きの重要性再発見でした。先生の脇の筋肉、力を入れたところに触れさせてもらったりして(笑)。すごくよく理解できました！

(バ) 新しい発見はもちろん勉強になったけれど、同じアドバイスの、見方を変えると急に納得できたり、と考えさせられることも多かったです！

(編) ありがとうございます！体験レッスンはレッスン内容だけでなく、クラスの雰囲気などもわかる貴重な機会ですね！3人の先生のアプローチは少しずつ異なりますが、どの先生も楽しく踊れるように！とおっしゃっていたのがとても印象的でした！

悩める練習生の突撃！4つの質問

悩みすぎて、どうすれば良いかわからなくなって、口をついて出る疑問・質問。先生方に「どうしても」と、お答えいただきました！

- ① かつこよく踊るにはどうしたら良いですか？
- ② コンパスがわかりません！
- ③ 振付が覚えられません！
- ④ 靴を履かずにできるレッスンはありますか？

三枝麻衣さん

- ① 筋トレやスクワットなどで体幹を鍛える！動きが安定します。
- ② 曲をよく聞いて。歌が入っているCDなどに合わせバルマを打つ練習も有効です。
- ③ 振付は重視しません。むしろ対応力が大事だと考えています。
- ④ 曲を聴くこと、筋トレ等の体幹トレーニングも大事です。

ヴォダルツ・クララさん

- ① 見た目では肘を落とさないこと。締めるところで、決められる(止める)筋力をつけること。
- ② 好きなヌメロ(例：アレグリアス)にのってみる。映像を見た方がわかる人はYouTubeで、CDで歌を聴くなど、徹底的に追求してみる。
- ③ 「口三味線ができると覚えられる」といいます。あとは「好きなところから広げていく」「わからないけどやってみる」かな。「今は」できない!と思うことも大事。
- ④ 色々な曲のマルカール。「コンパスのスタートと終わり」「どう緩急をつけるか」「どう呼吸をするか」など意識します。

タマラさん

- ① 姿勢が大事。頭で考えすぎて余計な動きをしてしまいがち。ナチュラルな身体の使い方を身に付けましょう。
- ② 12拍子のコンパスに限って言えばテンポがゆっくりなファンダンゴで慣れる。早いテンポのブレリアなどは、お気に入りを見つけてなんども聞いて！
- ③ 慣れです。段々と早く覚えられるようになります。個人差は気にしないで。覚えの早さは問題ではないです。
- ④ 体幹を鍛えるトレーニングやバルマもいいと思います。自宅での回転は危険なのでやめましょう。



グラナダの街並

セビージャ

＜インタースペイン推薦＞ フラメンコスクール

Carmen de las Cuevas(グラナダ)

<https://www.carmencuevas.com/>

コース バイレ、テクニカ、ギター、
カンテ等



プロのフラメンコアーティストを目指す
スペイン人が多く通う。スペイン語クラスは、インス
ティトゥ・セルバンテスの認可校になっている信頼
のスクール。

Taller Flamenco(セビージャ)

<https://tallerflamenco.com/>

コース バイレ、コンパス、ギター、
カンテ、カホン等



初心者から上級者まで幅広いレベル
に対応。短期間でも本場でのレッスンを体験したい
という方が多い、多彩なコースが人気のスクール。

Fundación Cristina Heeren(セビージャ)

<https://www.flamencoheeren.com/>

コース バイレ、ギター、カンテ
(年間コースとサマーコース)



プロを目指す日本人バイレも多く通
うクリスティーナヘレン財団の有名校。

※こちらは特別手配で承り



Foto/Fundación Cristina Heeren



Foto/Taller Flamenco



Foto/Carmen de las Cuevas

フラメンコ 寄り道手帖

⑤7

インタースペイン 留学センター

「今年こそ、短期のフラメンコ留学を実現
させたい!」スペイン旅行の滞在中にスクー
ルレッスンを受けた!」昨々までの読者から
のお便りには、このようなコメントが多々あ
りました。そんな抱負も今は昔、この1年半
は渡西どころか日常生活さえままならない
日々が続いていますが、そんななかでも地道
にレッスンに励むフラメンコ練習生の皆様の
近況には、ファルカスタッフもチカラをいた
だいております。

スペインへの渡航が解禁

昨年までは厳しいロックダウン規制を強い
られたヨーロッパ諸国ですが、現在は徐々に
日常を取り戻しつつある報道を目にするよう
になりました。「5月24日から日本居住者は
スペインへの渡航が許可(スペイン滞在90日
以内なら無査証入国可)され、現地到着後の
自主隔離も不要となりました。ただし、現状
では日本帰国時に2週間の自主隔離が必要
です(21年5月末現在)」と教えてくれたのは
インタースペインの米川さん。「昨年からビザ
申請の要項が以前より厳しくなり、フラメン
コスクールでも週15時間以上のレッスン受講
でよかったのが週20時間以上になりました。
さらに、以前は語学とフラメンコの受講時間
の合計が規定以上であればよかったのが、現
在はフラメンコのみで週20時間以上の受講が
必要です!」ビザなしの短期留学を計画するに
は、依然難しい状況。「そんな現況にあって
例えば弊社がご案内しているスクールでは、
Carmen de las CuevasやTaller Flamencoは
オンラインコースも開設されています!」まず
はなるべく渡西の日に備えてオンラインで受
講という検討はできそうです。

現地のタイムリーな情報を入手する

「この1年以上は、フラメンコ留学について
の間合せや申込みもほとんどない状態です
が、それでも昨年に、語学とフラメンコの両
方を学びたいとの希望で、8月から半年以上
の滞在予定で渡航された方がいらっしやいま
した。ヘレスの語学学校に通うことでビザ申

請し、フラメンコスクールは現地で語学学校
に情報をもたせて、ご自身で申込みをされた
とのこと!」そんな状況にあっても、自分の
やりたいことを先延ばしにしない、という意
気込みがつたわってきます。思い立ったら即
実行の行動力。今はまだ動けなくても情報
収集なら、ネットで簡単にできる時代。イン
タースペインのサイトでもスクール紹介はも
ちろん、URLリンクで各スクールの公式サ
イトへダイレクトにアクセスでき、コース詳
細はじめ、エリア情報まで、タイムリーな知
りたいことが入手できます(まだスペイン語
が得意ではないというヒトもGoogle
「Translate」一発変換!). まずは気軽にサイ
トアクセスして、自身の「その時期」に思いを
馳せるところからはじめてみませんか!

■ DATA インタースペイン留学センター

〒102-0085 東京都千代田区六番町2-9
セルバンテスビル1F
TEL: 03-6424-4336 MAIL: info@interspain.jp
平日 11:00~18:00 土曜 11:00~17:00
(定休日: 火曜・日曜・祝祭日)
ウェブサイト: <https://interspain-ryugaku.jp/>



Foto/
Taller
Flamenco

Foto/
Fundación
Cristina
Heeren



Foto/Carmen de las Cuevas



ファルーカスタッフが注目するヒト、モノ、アレコレ...

今回の フラメンコユニット

旬 『TRANSFORMACIÓN』

(トランスフォルマシオン)

ピアノ×ギター×踊りの クロスオーバーユニットがここに降臨

彼らをどう表現すべきか。スタイリッシュなサウンドとダイナミックな踊り、静と動、トラディショナルかつイノベティブ...まさに「トランスフォルマシオン=革新的」なのである。このユニットにしか表現できない次世代の音楽に遭遇する。

ワンアンドオンリー、未だかつてない音楽の世界へ

「ギターの徳永康次郎さんが新しいユニットで活動をはじめられるらしい」フラメンコファンが集う編集部がざわつく。徳永さんには昨年に本誌のインタビュー記事に登場いただいたばかり。きけば2020年10月より活動をスタート。今年4月18日に満を持してMV制作発表を兼ねたスペシャルファーストライブイベントが行われた。当日は、本誌読者にも人気のソニアジョーンズ協力のKasumiがデザイン制作を手掛けたスタイリッシュ&エレガントな衣装でステージに登場。今後の活動展開を予感させる華々しいステージで会場を魅了した。

Farruca 読者の皆様へ～フォルマシオンからのメッセージ～

日本では珍しいピアノフラメンコ主体のユニット(ピアノ・ギター・踊り)として結成。昨年に大規模なスケールのミュージックビデオを制作し、その上映を兼ねた制作発表ライブを開催しました。ライブでは初めてフラメンコを観たり聴いたりする方々が多く、フラメンコの歴史のナレーションを絡めた演出など、伝統的なスタイルから今のフラメンコの新しいスタイルを音楽と舞踊でお届けいたしました。一般のお客様や様々な分野の方に沢山観て頂き、「楽器で最もポピュラーであるピアノが入ることで、聴きやすく入りやすい」「王道のフラメンコギターにピアノが加わることで全く新しい世界観の音楽になっている」などのお言葉を頂きました。

まだ国内では認知度が低いピアノフラメンコではありますが、これをきっかけにもっと多くの方々に知って頂き、フラメンコ文化の素晴らしさを伝えていきたいと思っております。

時代と共に移り変わる文化や芸術の世界。私たちのユニット名である「TRANSFORMACIÓN」(トランスフォルマシオン)スペイン語で変革、革新的という名の通り、これからもフラメンコを軸に音楽や舞踊の新しい可能性を追求し、進化し続けたいと思っております。そして、伝統あるフラメンコに敬意と愛をもって今後も精進し活動してまいりたいと思います。(2021年5月 TRANSFORMACIÓNより)

★公式サイトをはじめ、フェイスブック、インスタグラム、ツイッターなどのSNSも開設。コミュニティースイトからの活発な発信にも注目したい。

公式サイト
<https://www.transformacion6.com>

こちらのコードからSNSにダイレクトアクセス! ▶



衣装協力:
ソニアジョーンズ



MEMBER

Anli

ピアノ

TRANSFORMACIÓNリーダー

埼玉県出身。東京音楽大学器楽科ピアノ専攻卒業。日本クラウンよりトイ楽器中心のユニット「トイ・マジック・オーケストラ」でメジャーデビュー。キングレコードより2ndアルバム「〜クリスマス・トイ・マジック・オーケストラ」をリリース。2018年平昌オリンピック公式文化公演、オープニングセレモニーにて出演。今までの共演経験を活かし、テレビ朝日、NHK、TBS、数々のラジオ番組に出演するほか、海外公演やステージ演出、全国各地のコンサートホールに出演。運命的にピアノフラメンコに出会い、様々なスペイン人アーティストとの共演を果たす。



Kojiro

フラメンコギター

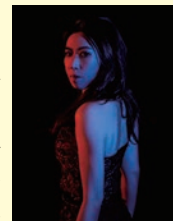
新潟県出身。幼少期より父徳永武昭のもとフラメンコギターを始め。2009年中学卒業後にスペインへ渡り、クリスティーナヘレンフラメンコ芸術学院に入学。3年間で全課程を終了し、その後同学院の講師として3年間在籍。2012年スペインのセビージャにて、ベニャ若手フラメンココンクールで準優勝。2019年バルセロナにて国際ギターコンクール4位。2020年徳永兄弟として4枚目のアルバムをリリース。2020年にはインディーズレーベルより徳永兄弟初の全国流通盤をリリース。



Kasumi

踊り

神奈川県出身。幼少時から様々な文化芸術に親しみ、クラシックバレエや日本舞踊を学ぶ。服飾関係の仕事の傍ら、1999年に渡西。洞窟フラメンコで有名なグラナダのサクロモンテにてフラメンコに感銘を受ける。以降、度々スペインを訪れ一流ダンサーによる指導を受ける。2002年日本のタブラオやレストランなどのショーでステージデビュー、2005年日本フラメンコ協会 ANIF 奨励賞受賞。2006年スタジオを設立。衣装の製作や企画、デザインなども行う。現在もスペイン人トップアーティストとの共演、タブラオダンサーとして数多くの舞台に出演している。

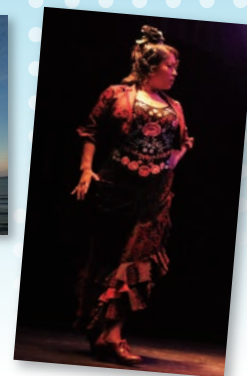
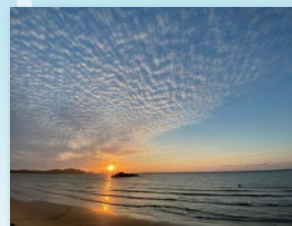


◆TRANSFORMACIÓNセカンドライブ◆

日時: 9月20日(月) 1部 14:00開場 15:00開演
2部 17:30開場 18:30開演(各ステージ90分)
会場: JZ Brat SOUND OF TOKYO(渋谷セルリアンタワー 2F)
料金: 予約¥5,000 当日¥5,500(入替制)※別途飲食代

●料金：来場 ￥5,000

フラメンコの輪

バイラオーラ
島崎 リノ

©佐藤尚久



© Kanakondo

Profile

RINO SHIMAZAKI

しまさき リノ

1974年生まれ。多摩美術大学彫刻科卒。同大学フラメンコサークルでフラメンコを始め、山室弘美氏に師事。その後多数のスペイン人アルティスタに学ぶ。八王子「グラン・デセオ」ステージ・マネージャー。2008年夏スペイン・アリカンテのタブラオで2週間ステージを務める。09年日本フラメンコ協会新人公演にて準奨励賞受賞。翌10年同新人公演にて奨励賞受賞。



島崎リノフラメンコスタジオ DaiDai発表会 VOL.8

8/1 15:30 八王子クリエイティブホール

問合せ onepon88@yahoo.co.jp

https://estudioidaidai.com

(写真は母と)

深くて、無限で、大きなもの 海とフラメンコ

——多摩美フラメンコサークルで「最もインパクトが強かった、野獣が多かった世代」に属するリノさん。そのリノさんから、若手の踊り手はどのように映っていますか？

八王子のタブラオ・レストラン「グラン・デセオ」でベテランから若手まで、さまざまなアルティスタの皆さんをブッキングする中で思うのは、同じ世代で組む時もあります。世代を超えた組み合わせをした時に、お互いにいつもとは違う刺激を与え合う様な気がします。

若い踊り手さんでも、雰囲気とテクニックの両方をバランスよく合わせ持っている人がいる。色気があるっていいのかな、男性でも女性でも。テクニックももちろん大事ですが、フラメンコのいい匂いも嗅ぎたいし、フラメンコ独特の雰囲気を見たいと思います。

そして大先輩の踊りを間近で見て、改めて刺激を受け勉強になることが無限にあります。

私たちが20代の頃はイベントがたくさんあって、ホテルのショーに呼ばれて踊ったり、人前で踊る機会がたくさんありました。ちゃんとギャラも出たから、もっと頑張ろうという気になる。自主企画ライブを広尾のレストランに持ちかけたり、お店の人とチャージの交渉をしたり、そういうことをしていました。フラメンコを支えてくれる人たちの裾野が広がったんだなぁと改めて思います。愛好家の人はもちろん、一般のお客さんや企業などが支えてくれたんですね。

学生時代、同級生も卒業すると作家活動に入る人がほとんどでした。アルバイトしながら。私はとにかく「フラメンコを続ける」ことしか考えていなくて、「フラメンコ上手くなる」「カッコいい！」が将来の夢だった。最近では生徒さんにタブラオ出演を勧めてみても「えっ、私なんか駄目です！」って答えが返ってくるのが多くて、もったい無い。本番を経験することでしか、得られないものがある。エネルギーのぶつけ合いだから、ステージは。

——コロナ禍になって、新しい発見はありましたか？

私、最近サーフィンを始めました。以前からずっとやりたかったんだけど、ここにきて時間ができたのもあってトライしてみました。

海との最初の出会いは5年くらい前。長崎に移住した生徒さんを訪ねて、そこで初めてサップを体験したんです。海上に板一枚で立つ、漕ぎ出す。とてもプリミティブ（原始的）なものを感じて、すごく元気になったんです。だって、そうでしょ、海の上でボード一枚に身を委ねるんですよ。

海の中に入っているととても元気になるんです。もっと海の中に入りたい、と考えたらそれがサーフィンでした。習い始めて、あっ、フラメンコって海と似ているな、って思ったんです。深くて、無限で、大きなもの。時にはすごく怖いものでもある。油断して入ると命を落とす。まさに、フラメンコでしょ。

波っていつも同じじゃないように、ライブも、同じメンバーで組んでも同じステージ、同じ瞬間になることは無い。海は、予想がつかない中で、まさに自分一人でその中に放り込まれ、どう判断するのか。その都度感覚を研ぎ澄ませる必要があるんです。でも、水の流れに身を委ねるときもある。波に乗った時、波からもらうエネルギーとワクワク感が、ギター、カンテ、パルマから受け取るエネルギーと、コンパスのうねりを感じた時のワクワク感に通じるものがあります。

夜の海、変化する空、太陽の光、大いなる自然からエネルギーをもらいます。そして、再びフラメンコに向き合える。この循環に、心から感謝しています。

もちろん、サーフィンは先生について習っています。基本って大事ななと思って。自己流になりがちだから、教えるを乞う。海も、フラメンコも、学びに終わりはないです。（取材・文/恒川彰子）

今回は、水落麻理さんにつなぎます。

Salpicón

サルピコン
(スペイン風シーフードマリネ)



材料(4人分)

シーフードミックス(冷凍) …… 200g	
白ワイン …… 大さじ1	
タコ(茹で) …… 80g	オリーブオイル …… 大さじ2
パプリカ(赤) …… 1/2個	白ワインビネガー …… 大さじ1
新タマネギ …… 1/2個	塩 …… 小さじ1/2
オリーブ …… 30g	黒こしょう …… 少々
パセリ …… 適量	クミンパウダー …… 2〜3ふり

サルピコンとは斑点、細かくしたものの、という意味があります。細かく刻んだ魚介や野菜をマリネ液と和えて、あっという間に前菜の出来上がり。クミンパウダーを加えることで、スペインの味!

作り方

1. 大きめのボウルにオリーブオイル 大さじ2、白ワインビネガー 大さじ1、塩 小さじ1/2、黒こしょう 少々を入れ、よく混ぜる。
2. パプリカ・タマネギは1cm角にカット。タコは薄くそぎ切りにする。
3. フライパンにシーフードミックス(凍ったままでOK)を入れる。白ワイン大さじ1を加えて中火にかけ、蓋をせず時々混ぜながら3、4分加熱する(フライパンから白い湯気が立ち始めたらOK)。
4. マリネ液の入ったボウルにカットした野菜、タコ、オリーブ、シーフードを入れ、全体をよく和える。最後にクミンパウダー2〜3ふりを加え、混ぜる。刻みパセリを散らして完成。

Point 3日くらいは冷蔵庫で保存ができるので、これからの暑い季節、常備菜としてもおすすめです。5分以上加熱しないことで、冷凍シーフードも柔らかく仕上がります。



花言葉をもえて花をおくろい

スズラン
LIRIO
DE
LOVALL
ES

MIMOSA
ミモザ

花言葉は
エレガント
ギャップが
ステキな
ツインデス

どうかな? あった?

ROSA
バラ

愛のさ花!
愛情豊かな
姉が肌!

GIRASOL
ひまわり

花言葉は
おこがれ!
みんなの太陽
元気キャラ

MARGARITA
マーガレット

純粋が
花言葉
キュートな
愛されキャラ

スキスキ
スキキライ

発表会で贈って
ほいさ花であな
真の恋がかるよ!

うれしー

エミリーちゃんの ウナドストリス

—スペインの花言葉ご占い♡の巻—

みんなの解決! アナタならどうする? ココロに残った名回答集

2012年～2020年まで続いた「読者のお悩みに読者が答える」同コーナーをプレイバック。ファルカスタッフも大いに励まされ、参考にさせていただいた諸先輩方のポジティブな回答をご紹介します!

メイクが映えない、スタイルに自信がない...と容姿コンプレックスをもつ読者からのお悩み(2014年)

踊りは誤魔化しがきかないけど、見た目って意外とゴマカシが効くものです。衣装の色やデザイン次第でスリムに見えたり、ボディラインもパットで調整したり...メイクこそ、やり方次第でガラリと変身できるはず。顔も身体もある程度は「修正」できますから、そんなに悩まないで!

「私の身体や表情でしかできない表現がある!」と開き直って、自分の容姿を受け入れています。きれいな身体のラインが出る角度も人それぞれ。姿勢や普段の立ち振る舞いなど、自分を美しく「魅せる」研究を。

「容姿は関係ない」のがフラメンコ、っていう私の認識は間違っているかな?フラメンコの踊りを通じて湧きあがる「内なる美」を前にして、外見なんかは関係なくなります。見ている人もそうだと思う。私はそういう踊りを目指しています。

普段から小心者で消極的な性格。自己表現も苦手な自分をどうにかしたい!という読者からのお悩み(2017年)

そんな自分を無理に変える必要はないと思います。無理に変えようとするのが、自己表現に相反することだと思うのですが...

昔、私の踊りを見に来てくれた友人に言われた言葉。「普段は言いたいことも言えない気の小さいあなただからこそ、踊っている時にはその抑圧している部分をスパークさせるチカラが出るんだね!」自分ではネガティブだと思っている部分も、意外と功を奏するのだな、と嬉しくなったのを覚えています。

練習量も人一倍。精一杯に頑張っているのに...自分よりレッスン歴の短い練習生の上達ぶりに努力の限界を感じている読者からのお悩み(2017年)

フラメンコに限らず、努力の有無とは別に、自分よりも他者が優れているということとはたくさんあります。他者と自分を比べるのは意味がないのでは?昨日の自分よりうまく出来た/など、過去の自分と今の自分を比べるほうが

よっぽど有意義。自分だけに集中しましょう。

努力した結果が必ずしも「報われる」とは限らないけど、そこからは必ず何かを得ていると信じています。そして、その経験がどこかで必ず生かされます。自分の伸び悩みに苦しんだ経験もまた良い思い出となるでしょう!

それでも練習あるのみ!こういう悩みを乗り越えてこそ、また1歩前進。

辛辣な物言いをするクラスメイトとの人間関係に、教室を変えることも検討している読者からのお悩み。(2019年)

女性中心の習い事の場合は、大なり小なり人間関係のトラブルがあるのはデフォルトくらいに思ひましょう。仮に他に移っても面倒くさい人はいるわけで、同じような感情になるかと。要は割り切ったほうがよいです。

せっかくフラメンコに出会い、上手くなりたい、と通っているのですから、クラスメイトの存在ごとくで、レッスンに対する集中力や向上心がくじかれるのはもったいない!嫌な人への対処なんて考える必要なし、ですよ。



“La vida del artista” Argentina/アルヘンティーナ「ラ・ビダ・デル・アルティスタ」

実力派カンタオーラ、アルヘンティーナの多彩なアルバム

アルヘンティーナは、スペイン・ウェルバ出身の36歳。今や実力派として人気のカンタオーラである彼女の第5作目。「芸術家の人生」というこのアルバムでは、古いフラメンコの歌、シギリージャ、マリアーナ、トリージャ、の他にポルトガルのファドやアルゼンチン・タンゴまで、幅広い選曲が楽しめる。モレンテへの賛歌では朗読をシギリージャに取り入れるなど、野心的な試みのある作品になっている。

<収録曲>

- | | |
|---|---|
| 1. La Reina de Tu Ajedrez (Tanguillos) | 11. Viejos Oficios (Temporeras y Cantes de Trilla) |
| 2. La vida del Artista (Guajira) | 12. La Vega Larga (Fandangos) (feat.Jesus Guerrero) |
| 3. Dejando Huella (Nana por Soleá) (feat.Santiago Lara) | 13. Afiches (Tango Argentino) |
| 4. El Maestro Carretero(Bulerías) | 14. Farruca Ibérica (feat.Rao Kyao) |
| 5. Elogio a Morente (feat.Juan Diego) | 15. ¡Viva la Tierra.Viva!(Alegrias) |
| 6. El Silencio del Relente (Mariana) | 16. Polo de Manuel de Falla (feat.Ricardo Zanon) |
| 7. Siquiria Vintage | 17. Madrugar y Trasnochar (Tarantos) |
| 8. Estranha Forma de Vida (Fado) (feat.Júlio Resende) | 18. Huelva,Suena Diferente |
| 9. Romance de Flores y Blancaflor | |
| 10. Tangos del Almendro | |

フラメンコ専門店、Spotify、Apple Music他にて発売中。



"La vida del artista" Argentina



Diecisiete

『SEVENTEEN/セブンティーン』

少年は犬を探す旅で、負け方を学ぶ。



窃盗で少年院に入り、孤立していた17歳の少年ヘクトールは、セラピー犬に出会い、優しい気持ちを取り戻していく。そんな矢先、犬が里親に引き取られたと知り、ヘクトールは少年院から21回目の脱走をし、兄イスマのキャンピングカーに大好きな祖母を乗せ、犬を探しにスペイン北部を突き進む。

旅の中で、疎遠になっていた兄弟の気持ちに変化が起き、新たな出会いも訪れる。スペインの田舎街の風景も美しく、ビターだが心温まるロードムービー。

■監督/脚本:ダニエル・サンチェス・アレバロ ■出演:ビエル・モントロ/ナチョ・サンチェス/ロラ・コルドン/イチャソ・アラナ ■2019年/スペイン/Netflix映画/99分

<Netflix映画『SEVENTEEN/セブンティーン』独占配信中>

España en Japón

日本の中のスペインを探せ!

第13回

「コストコ」で見つけた!

スペイン食材オススメTOP3【食材編】

みんな大好きCOSTCOからスペインの味をピックアップしました。

1 ミニクロドット

(16個入・税込998円/カークランドシグネチャー)

コストコユーザーなら一度は目にすることがある(ベーカリー売り場でもひととき目立つ!)正方形の大型トレイにきれいに並んだドーナツ。この「MINICRODOT」は、コストコブランドとして並んでいるものの、実はあのDOTS ORIGINAL(スペインの大手ベーカリー製造会社「EUROPASTRY」のドーナツブランド)の商品なのです。クロワッサンのように生地が何層にも積み重ねられたクリスピータイプのドーナツながらしっとりとした食感。見た目も



プレーン・チョコヘーゼル・ホワイトチョコの3種類



キュートな3種類のコーティングでそれぞれの味が楽しくて、スイーツ好きにはたまりません!手のひらサイズなので食べやすく、お子様のおやつにもちょうど良い。大人は2個、3個とついつい手が伸びる危険性があるので食べすぎには要注意です。



小ぶりとはいえ、食べ応えあり。1個あたり63円というコストパフォーマンス。

2 クラッシュオリーブ入りクリームチーズ

(150g×2個888円/ケスクレーム)

スペイン北西部ガリシア地方に拠点を構え、こだわりのフレッシュクリームチーズで有名なケスクレーム社製。中でも、ザ・大人の味なのがこちら。オリーブの塩加減とチーズの酸味のバランスが絶妙。クセのない上品な味わいで、ワインに合うのは言わずもがな。こちらでも飲みすぎに気をつけて!



3 オーガニックエクストラバージンオリーブオイルスプレー

(368g×2本1598円/オッタピオ)

ファルカ読者の皆様なら、すでにお気に入りのオリーブオイルブランドなどもあるかと思いますが…敢えてオススメするのが、品質、味ともに安定のオッタピオブランドのスプレータイプオイル。使い勝手は説明不要。我が家はキッチンに1本、ダイニングテーブル脇に1本と常時スタンバイ。無駄な脂質を摂りたくない、料理にオリーブオイルのほのかな香りがほしい!そんなかゆいところに手の届く商品。プロベラントフリー=ブタンガス(可熱性噴射剤)不使用というのも個人的には大きなポイント。



某有名調味料と並べると一目瞭然。かなり大容量でお得!

用途に合わせて3段階調整。ノーマルプレス=スプレー状/ミディアムプレス=ストリーム状/ジェントルプレス=ドリップ状



Lo que no sabes de España

あなたの知らないスペイン

Tema

スペイン人の金銭感覚

一概に言えないが、多くのスペイン人は日頃かなり節約して、お金が入ると大いに使う傾向があるようだ。スペインでは年金、失業保険などの保障が手厚くカバーされている上、医療費は基本無料である。そういうこともあり、何かあったときのために貯金をと考える人が少ないのかもしれない。

普段は節約して給料日後は家族でショッピングに出かける姿をよく見る。大きな買い物は現金よりローンを組むことが多いようだ。そして特に食事にはお金を使う。お金が入ると家族友人で食事したり飲んだり大盤振る舞いしておごったり。ひと昔前の日本人の生活もこんな感じだったような。コロナ禍でこのような慣習は少しずつ変わっていくのかもしれないが、賑やかにしゃべりしてわいわい食事をしている光景をまた見たい。

(OFC磯野智子)



レッスンで使われるスペイン語を覚えよう!

フラメンコ用語

guitarra	ギターラ 「ラ」は巻き舌で	ギター
guitarrista	ギタリスト 「リ」は巻き舌で	ギタリスト
cante	カンテ	歌
cantaor	カンタオール	フラメンコの歌手(男性)
cantaora	カンタオーラ	フラメンコの歌手(女性)
baile	バイレ	舞踊
bailaor	バイラオール	フラメンコダンサー(男性)
bailaora	バイラオーラ	フラメンコダンサー(女性)
palma	パルマ	手拍子
palmero	パルメロ	手拍子を打つ人(男性)
palmera	パルメラ	手拍子を打つ人(女性)

エキスパートに 質問

教えて、先生!

お答え頂くのは

なかた かよこ
バイラオーラ 中田 佳代子さん



2001年現代舞踊協会河上鈴子スペイン舞踊新人賞受賞。02年日本フラメンコ協会新人公演奨励賞受賞。文化庁在外芸術家派遣員として2年間スペイン、セビージャへフラメンコ留学。07年地元岩手県盛岡市にカココフラメンコスタジオ設立。同年、スペイン人のフォトジャーナリストと国際結婚しバルセロナに拠点を移す。08年カディスのアレグリアス舞踊コンクールで外国人初の第二位を受賞。09年バルセロナの老舗タブラオ「Cordobés」長期出演。16年マドリッド・ラティーナ劇場で2ヶ月間、ラファエル・アマルゴの作品「Tiempo muerto2」出演。
<https://kayokonakata.com>

Q

本番では振付けを間違えないようにと考えるあまり、表情が陰しくなってしまう。どうしたら、緊張せずに踊ることができますか? また、自然な表情で踊るには何を心がけたら良いのでしょうか?

A

●適度の緊張は逆に良いことだと思います。多少の緊張感はあったほうが気も身体も引き締まります。練習生の皆さんが舞台上に立つ機会というのは、主に発表会やコンクールだと思いますが、せっかくの舞台、緊張しすぎて楽しめないのは勿体無いです。上手い下手なんてどうでもよくて、愛しているあなたが楽しんでいる姿を、応援する人たちは目撃したいのです。もう練習はやるだけやったら「まな板の上の鯉」になって覚悟を決めてください。練習は絶対に裏切らない。それだけ練習した振付けは、身体が覚えているので大丈夫!

頭で考えながら踊っている人は、それは仕草や表情に出ます。バレます。練習をたくさんして身体が覚えている人は、緊張していても、身体が振付けを覚えているのですぐ「楽しめるゾーン」に入れると思います。もし間違えてしまっても、あら、周りが間違えているわね!くらいに、舞台の上では図太く行きましょう(笑)。

●自然な表情で踊るためには……そのままのあなたでいいのです。アレグリアスだから明るく踊らなくてはいけな決めりもないですし、ソレアだから眉間にシワを寄せる必要もない。自分の感情の赴くままに、肩の力を抜いて、目の前にいるのはみんなカボチャかジャガイモだと思って、自分だけの世界観で踊っていいのです。それが自然という意味です。

●緊張しないで踊る、とっておきの方法は振付けを踊らないことです。舞台上で、即興で踊るのです。即興は間違えるという概念がありません。もちろん、そのためには曲を理解し、ギターやカンテと踊り(動き)で会話ができる技量が必要です。それが出来るようになるとアドレナリンがガッツリと出てくるような、舞台上で曲目を決めるくらいの危ない橋を渡るのを好むようになり、その後振付けをしっかりと踊る、フォーメーションが大事な群舞などがかなり苦手になります(笑)。

とにかく、またとない舞台を是非、楽しんでください。¡ Mucha Mierda ! (幸運を!)

エキスパートへの質問募集中!

フラメンコに関する事や、身体の悩みなどファルーカがアナタに代わってエキスパートに質問します。質問はファルーカ HPで受付中▶

www.farruca.jp



オンラインでも楽しめる! フラメンコ From スペイン ～志風恭子のおススメ情報～

5月23日、ヘレスのフェスティバルが幕を閉じました。世界的な感染拡大の影響で各国が劇場公演の開催を中止する中、スペインではいち早く公演活動が復活し、昨年秋のビエナルに続いてヘレスも時期を5月にずらし実現できました。この夏も、6月から7月にかけてのグラナダ国際音楽舞踊祭や7月のコルドバ、ギター祭、8月のムルシア、ラ・ウニオンのカンテ・デ・ラス・ミーナス祭など大規模なフェスティバルが次々に今年のプログラムを発表しています。

でも日本から行くのはまだ大変。そんな時こそオンライン。スペインではオンラインイベントはあまり多くはありませんが、ラ・ウニオンのコンクール<https://festivalcantedelasminas.org>は準決勝(8/4~6)、決勝(8/7)の様子を配信しますし、歴代の優勝者によるカンテリサイタル(7/29~8/6)も中継予定です。また、8月最終週に行われる北スペイン、バンプローナのフラメンコ・オン・ファイヤ祭<https://www.flamencoofire.org>は昨年に引き続きSNSでの配信を予定しているとのこと。詳しいプログラム、日程については、公式webに注目しましょう。なお、ヘレスのフェスティバルのいくつかの公演は<https://allflamenco.net/en/festival-de-jerez/>で有料配信されています。このwebには過去の公演や無料で観ることができる動画もあります。

なお、配信イベントはスペイン国外からも行われています。7月13日から17日まではアメリカ、アルバカーキのフラメンコ祭<https://ffiabq.org>が5公演を開催。マルコ・フローレスやメルセデス・デ・コルドバらの5公演まとめて100ユーロで視聴可能です。また、オランダのビエナル<https://www.flamencobiennale.nl>でもこの夏、イベントが開催予定とのこと。詳細は未定ですが、要注目です。(英語のニュースレターに登録すると連絡があるのでおすすめです)

スペインにもなかなか行けず、スペインからの公演もほとんどない今、オンラインでスペインのフラメンコを感じましょう。

Pick Up



アンドレス・ペーニャ ヘレスのフェスティバル2021
©Javier Fergo Festival de Jerez



関東レッスン・発表会

■大野環「リモートクラス第2弾」受講生募集

期間:7月~(月2回) ①③第1・3水曜配信 ②④第2・4水曜配信

内容:①パリージョ攻略コース(クラシコ風セビジャーナス)/パリージョ経験者②バンペーラ・コン・マントン/中級以上、マントン経験者③ガロティン/中級以上、コルドベス使用④ティエントス/初級~中級

内容詳細は下記の大野HPまで。
料金:受講料①~③月¥6,000 ④月¥5,000
※2コース以上受講は1コースにつき¥500引

問合せ:www.tamakiono-elanillo.jimdo.com 大野

■「フラメンコスタジオオマグダレーナミニ発表会」

日時:7月25日(日)13:00開場 13:30開演

会場:グランデセオ(東京/八王子)

料金:¥3,500

出演:B=フラメンコスタジオオマグダレーナ生徒 C=遠藤郷子 G=尾藤大介

問合せ:www.flamenco-magdalena.com フラメンコスタジオオマグダレーナ

■「フラメンコスタジオオマグダレーナ発表会」

日時:8月8日(日)13:00開場 13:30開演

会場:グランデセオ(東京/八王子)

料金:¥3,500

出演:B=フラメンコスタジオオマグダレーナ生徒 C=遠藤郷子 G=尾藤大介

問合せ:www.flamenco-magdalena.com フラメンコスタジオオマグダレーナ

関西レッスン・ライブ

■スタジオワールド「兵庫神戸クラス」7月生徒募集

期間:7月~9月

会場:関西神戸スタジオワールド(兵庫/神戸市)

内容:入門~経験者まで幅広く。丁寧に少人数で習いたい、ライブに出演したい、コンクールを目指したい方など、初心者から経験者プロ迄ニーズに合わせてレッスン頂けます。

詳細は下記のスタジオワールドHPにて。

問合せ:http://studioworld2016.com/ スタジオワールド神戸

■「スタジオワールド」クルシージョ

日時:毎月1回(日曜開催)

会場:スタジオワールド神戸(兵庫/神戸市)

講師:伊川祐子

内容:ソレアポルブレリア 詳細はスタジオワールドHPにて。

問合せ:http://studioworld2016.com/ スタジオワールド神戸

flamenco shop Besteed

オンラインショップで

安心購入 テレビ番組ミント出演先生衣装購入頂きました! お教室グループの方はまとめてご試着販売お送り致します。

★メール 2015-el-corazon-de-puro@ezweb.ne.jp

★オンラインShop https://besteed.base.shop



■「鬼本由美クルシージョ&個人レッスン」

日時:毎月日曜日(月2~4回開催)

会場:関西神戸スタジオワールド(兵庫/神戸市)

内容:フラメンコの高い技術とフラメンコの魂ドゥエンテが身に付くレッスン。テクニカを磨く!体験レッスン受付中!

問合せ:http://studioworld2016.com/ スタジオワールド神戸

■「関西神戸スタジオワールド」ライブ(毎月レギュラー出演)

日時:毎月第1、第4土曜日 20:00~

会場:スペイン料理カルメン(兵庫/神戸三宮)

料金:チャージ¥600(1ドリンク1フード要オーダー)

ライブ8時からスタート

日時:毎月第1土曜日 19:30~

会場:ジョージアダムス&ハレオ(兵庫/姫路市)

料金:チャージ¥1,000(ドリンク・フード要オーダー)

問合せ:http://studioworld2016.com/ スタジオワールド神戸

関東ホール・公演

■「土方憲人フラメンコ公演」(エルスール財団記念館全館使用ライブ)

日時:10月3日(日)

会場:エルスール財団記念館・詩とダンスのミュージアム(東京/羽根木)

料金:¥4,500(一般) ¥4,300(学生) ¥4,000(エルスール財団賛助会員) ※1ドリンク付

出演:G=久保守 C=マヌエル・デ・ラ・マレーナ B=土方憲人 Per=容昌 Piano=杏梨

問合せ:info@elsurfoundation.com エルスール財団 ※8月30日にチケット発売開始予定

関東ライブ(7月)

■「グランデセオ」フラメンコライブ

日時:7月3日(土)

会場:グランデセオ(東京/八王子)

料金:¥2,200 入替なし(+事前予約でライブ限定コースメニューあり)

出演:G=稲津清一 C=許有廷 B=大野環、松原恵子、野澤沙織、島崎りノ

関西神戸スタジオワールド

舞台(後援:アルマ財団)、ライブ活躍出演

生徒募集 (中上級プロ迄!!)

衣装 スカート シューズ 小物 展示販売

体験予約 レンタルスタジオ HPにて
http://studioworld2016.com/
TEL 090 3828 5419

問合せ:042-649-6480 グランデセオ

■「サラ・アングラー・サライ」七タ公演

日時:7月4日(日)18:00開場 19:00開演

会場:恵比寿 サラ・アングラー・サライ(東京/恵比寿)

チャージ:¥4,400(1ステージ・完全予約制) ※別途ドリンクとお食事の予約(セットコースあり)

出演: B=歌門明美(青木愛子教室)、岸清美(宮田由起枝教室)、齋藤美紀(岡本倫子教室)、新田真紀子(高野美智子教室)、本間由香(朱雀はるな教室)、山形志穂(小島章司教室) ゲストB=浅見純子 C=森薫里 G=高橋紀博 Vn=森川拓哉

問合せ:03-3449-8454 (株)イベリア フラメンコ制作室

■「AOYAMA TORO」THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW

日時:7月4日(日)1部17:00 2部18:15

会場:青山TORO(東京/神宮前)

料金:チャージ全席¥5,500 (タバプレート、メイン料理、1ドリンク付) ※入替なし

出演: B=有田ゆき、井田真紀、タマラ C=有田圭輔 G=徳永健太郎 解説=凌木智里

問合せ:https://www.tablao.tokyo/ スペインバル 青山トロ

■「カサアルティスタ」カサモク企画

日時:7月8日(木)18:30開場 19:45開演(有観客&LIVE配信)

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:S席¥6,000(2プレート、フリードリンク付) A席¥5,000(1プレート、フリードリンク付)

出演: B=影山奈緒子、三枝雄輔、瀬戸口琴葉、中原潤 C=Fermin Querol G=Nino Cagao

問合せ:03-6380-1535 カサアルティスタ

■「カサアルティスタ」THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW

日時:7月9日(金)18:30開場 19:30開演(有観客&LIVE配信)

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:S席¥6,000(2プレート、フリードリンク付) A席¥5,000(1プレート、フリードリンク付)

出演: B=堀江朋子 C=水落麻理 G=小林亮

問合せ:03-6380-1535 カサアルティスタ

BENITO GARCIA ACADEMIA FLAMENCA

お家でフラメンコ! オンラインレッスン専用会員大好評! スタジオでのレッスンをそのまま自宅で! 多角度で撮影された生配信レッスン! 高画質! アップや2画面を使い、音声と画像がずれることがなく、まるでその場でスタジオレッスンを受けているような感覚です! スペインの雰囲気たっぷりのスタジオで本格フラメンコが習える! ベニートガルシア&舞踊団の舞台、生徒ライブの他、ベニータなどのコミュニティが沢山あるアカデミーです! 詳しくは下記お問合せへ!

フラメンコダンサー、講師として豊富な経験と知識をもつベニートガルシアが、ここでしか学べないことをたくさん教えます! グループ割引・複数クラス割引、割引制度が多数! ★子供サポート制度 小学生以下月謝4800円が500円に! 東京都北区赤羽 2-53-3 山本ビル 1F

JR 赤羽駅徒歩 5 分/南北線赤羽岩淵駅徒歩 2 分
Tel:03-6276-8787
e-mail: info@benitogarcia.jp

見学・体験
随時受付中!



オンライン
レッスン
クラス開設!



カリメ・アマジャ オンラインクラス

ビデオ送付形式のレギュラーレッスン! (日本語対応)

★ビデオ送付形式なので、憧れのカリメ振付やテクニカを、日本にいなから自分のペースで進められる! ★レベルは中級以上対象★毎回 1 時間のレッスンの始めは足やクエルボのテクニカ約15 分。★一曲の振付期間は 3 ~ 4 か月。★毎週月金夜にビデオを送付。月 8 回クラスで月額 106€(Paypal 手数料込)★クラスビデオは URL とパスワード保存でいつでも視聴可能! ★ソレア・シギリージャ・ロンデーニャ・タラント・グアヒーラを開講中! ★更に新しい曲のクラスも次々と開講予定!

お気軽にご連絡ください! (日本語対応)

Facebook、Instagram: カリメ アマジャ オンラインクラス

email: yukikatayamasastre@gmail.com (片山友紀)

■グランデセオ「フラメンコライブ」

日時:7月10日(土)

会場:グランデセオ(東京/八王子)

料金:¥3,850 入替なし(+事前予約でライブ限定コースメニューあり)

出演:G=高橋紀博 C=エル・プラテアオ B=入交恒子、山室弘美、清野春美
問合:042-649-6480 グランデセオ

■AOYAMA TORO「THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW」

日時:7月11日(日)1部17:00 2部18:15

会場:青山TORO(東京/神宮前)

料金:チャージ全席¥5,500 (タパスプレート、メイン料理、1ドリンク付)※入替なし

出演:B=本間静香、神谷真弓 ゲスト=本間牧子
C=濱田吾愛 G=石井奏碧 Per=朱雀はるな
問合:https://www.tablao.tokyo/ スペインバル青山トロ

■カサアルティスタ「カサモク企画」

日時:7月15日(木)18:30開場 19:45開演(有観客&LIVE配信)

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:S席¥6,000(2プレート、フリードリンク付)A席¥5,000(1プレート、フリードリンク付)

出演:B=市川幸子、小谷野宏司、枝麻衣、正木清香
C=Fermin Querol G=Nino Cagao
問合:03-6380-1535 カサアルティスタ

■グランデセオ「フラメンコライブ」

日時:7月17日(土)

会場:グランデセオ(東京/八王子)

料金:¥2,200 入替なし(+事前予約でライブ限定コースメニューあり)

出演:G=今田央 C=苗田剛史 B=小林成江、高野泉、島崎リノ
問合:042-649-6480 グランデセオ

■カサアルティスタ「THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW」

日時:7月17日(土)16:30開場 17:30開演(有観客&LIVE配信)

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:S席¥6,000(2プレート、フリードリンク付)A席¥5,000(1プレート、フリードリンク付)

出演:B=稲沢静、中村太香子、福岡由理 C=近藤裕美子 G=小原寛
問合:03-6380-1535 カサアルティスタ

■サラアングラー「サライブ」初夏公演

日時:7月17日(土)18:00開場 19:00開演

会場:恵比寿 サラ・アングラー(東京/恵比寿)

チャージ:¥4,400(1ステージ・完全予約制)
※別途ドリンク&お食事の予約(セットコースあり)

出演:B=川口正美(ラ・ダンサ教室)、近藤敦子(岡本倫子教室)、田家紀子(入交恒子教室)、森兼由美(権弓美教室)、渡邊淳子(青木愛子教室)、横島由美子
ゲストB=草野櫻子 C=鞍掛和子 G=石井奏碧
Vn=Yui
問合:03-3449-8454 (株)イベリア フラメンコ制作室

■カサアルティスタ「Pena de Cartero Vol.17」

日時:7月23日(金)19:00開場

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:¥3,800(1プレート、フリードリンク付)

出演:瀧本正信、金高莊子、森光大 他/お客様参加型ペーニャ
問合:03-6380-1535 カサアルティスタ

■カサアルティスタ「THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW」

日時:7月24日(土)17:00開場 18:00開演

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:S席¥6,000(2プレート、フリードリンク付)A席¥5,000(1プレート、フリードリンク付)

出演:Piano= 杏梨 B=タマラ C=有田圭輔
G=長谷川暖 Per=橋本容昌
問合:03-6380-1535 カサアルティスタ

■AOYAMA TORO「THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW」

日時:7月25日(日)1部17:00 2部19:30

会場:青山TORO(東京/神宮前)

料金:チャージ全席¥5,500 (タパスプレート、メイン料理、1ドリンク付)※入替なし

出演:B=浅見純子、影山奈緒子、田村陽子 C=川島桂子 G=エミリオ・マジヤ
問合:https://www.tablao.tokyo/ スペインバル青山トロ

■カサアルティスタ「カサモク企画」

日時:7月29日(木)18:30開場 19:45開演(有観客&LIVE配信)

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:S席¥6,000(2プレート、フリードリンク付)A席¥5,000(1プレート、フリードリンク付)

出演:B=大塚歩、瀬戸口琴葉、正木清香、松島かすみ C=Fermin Querol G=Nino Cagao
問合:03-6380-1535 カサアルティスタ

■グランデセオ「フラメンコライブ」

日時:7月31日(土)

会場:グランデセオ(東京/八王子)

料金:¥3,300 入替なし(+事前予約でライブ限定コースメニューあり)

出演:G=今田央 C=勝羽ユキ B=渡部純子、池森暢昌、杉山愛梨

HARA Studio フラメンコ、その他ダンス各種
レンタルスタジオ お一人様なら料金半額!!
高田馬場から1駅。早稲田駅下車すぐ!!
広さ33㎡、オーディオ、冷暖房、イス15脚
フリーWiFi、大画面でYouTube視聴可!!
料金・お問合せはHPにて
<https://harastudio.wixsite.com/website>

問合:042-649-6480 グランデセオ

■カサアルティスタ「THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW」

日時:7月31日(土)16:00開場 17:00開演

会場:カサ アルティスタ(東京/四谷三丁目)

料金:S席¥7,000(2プレート、フリードリンク付)A席¥6,000(1プレート、フリードリンク付)

出演:B=今枝友加、小林泰子、小林理香、島崎リノ
C=井上泉 G=徳永健太郎
問合:03-6380-1535 カサアルティスタ

関東ライブ(8月)

■AOYAMA TORO「THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW」

日時:8月1日(日)1部17:00 2部19:30

会場:青山TORO(東京/神宮前)

料金:チャージ全席¥5,500 (タパスプレート、メイン料理、1ドリンク付)※入替なし

出演:B=津幡友紀、鶴幸子、中原潤 C=ダニエル・アスケラテ G=エミリオ・マジヤ 解説=篠崎麻由美
問合:https://www.tablao.tokyo/ スペインバル青山トロ

■サラアングラー「サライブ」真夏の祭典

日時:8月22日(日)18:00開場 19:00開演

会場:恵比寿 サラ・アングラー(東京/恵比寿)

チャージ:¥4,400(1ステージ・完全予約制)※別途ドリンク&お食事の予約(セットコースあり)

出演:B=林はるひ(青木愛子教室)、後藤有紀(浅見純子教室)、名取真理(浅見純子教室)、岩佐祐子(入交恒子教室)、米沢景子(岡本倫子教室)、吉永美奈子(荻村真知子教室) ゲストB=片桐美恵 C=森薫里 G=高橋紀博 Vn=森川拓哉
問合:03-3449-8454 (株)イベリア フラメンコ制作室

■AOYAMA TORO「THE PROFESSIONAL FLAMENCO SHOW」

日時:8月22日(日)1部17:00 2部19:30

会場:青山TORO(東京/神宮前)

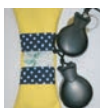
料金:チャージ全席¥5,500 (タパスプレート、メイン料理、1ドリンク付)※入替なし

出演:B=タマラ、中原潤、林由美子 C=ダニエル・アスケラテ G=エミリオ・マジヤ 解説=篠崎麻由美
問合:https://www.tablao.tokyo/ スペインバル青山トロ

フラメンコ商品輸入販売・旅行手配 — OFC



サパトス ¥9500 ~
アパニコ ¥5000 ~
コルドベス ¥4800 ~
パリージョ ¥6500 ~ 他多数あり



個人・スタジオの方ご連絡下さい。
カタログ(無料)お送りします。



TEL & FAX 03 (3319) 7309
E-MAIL: ofces@ofc-es.com
<http://www.ofc-es.com>



* その他スペインワイン/オリーブ/生ハムオリーブオイルなども扱っております。

踊ってわかるプロの1着
Maki Costumes
マキ・コスチューム
当店は「1点物オリジナル衣装」が中心です

・オリジナル既製衣装
・スカート・ブラウス
・パタ・デ・コーラ
・レンタル衣装600番
・注文衣装
・大特価ニット物

レンタル衣装
同料金にて
3週間貸し出し!

たんたん...CMの衣装です!

【ショールーム】
〒270-0115 千葉県流山市江戸川台西1-10-2
■JR柏駅乗り換え 東武アーバンパークライン・江戸川台駅西口下車2分
■TXおたかの森駅乗り換え 江戸川台駅西口下車2分 (京葉銀行ウラ)
TEL&FAX: 04-7155-5749
営業時間: AM11:00~PM6:00 休日: 毎週水・木曜日
お問合せ: makicostumes@nifty.com

2021夏バーゲン!
最安値更新中
全商品10%~40%引き!

最新衣装は
アログをチェック!

ファルーカズ ルーム Farruca's Room

ファルーカスタッフによる注目公演情報、
印象に残った取材の感想など
気ままにコメントしていくコーナーです

★ファルーカ注目公演 土方憲人エルスール財団 記念館全館使用フラメンコ 公演 10月3日(日)開催!



日本を代表するバイラオールの一員として
注目を集める土方憲人。2013年に国内フ
ラメンココンクールでの受賞により、2013
～2014年スペインマドリードのコンセルバ
トリオ「María de Ávila」に留学。帰国後の
2015年、第4回エルスール財団新人賞フ
ラメンコ部門受賞。2016年1月に開催さ
れた成人の日のコンサートでは、フラメン

コ界で初めてサントリーホールの大ホール
でソロを踊り、話題となった。ミュージカ
ルや TV 出演、他ジャンルアーティストとの
コラボレーションなど、活動の域は多岐に
渡るが、いずれ劇場での創作フラメンコ
公演を主催するという夢がある。今回のエ
ルスール財団記念館全館使用フラメンコ
公演『Madrugada』は、記念すべきその第
一步となる。

【土方憲人さんからのメッセージ】

昨年から続くコロナ禍、社会は大きな変
化を強いられた。世界中で今尚続くこの
悲劇、混沌、そして閉塞感。今回は、
ミュージシャン達とひとりで立ち向かい、
作品を紡ぐ。自身の精神や肉体を、社会
変容と照らしあわせながら、自己を追求し
ていく。

■公演概要

【日程】2021年10月3日(日)

1回目 15:30 / 2回目 18:00 ※入替制

【会場】東京・羽根木「エルスール財団記念
館 ～詩とダンスのミュージアム～」

【料金】4,500円(一般) / 4,300円(学生)
/ 4,000円(エルスール財団賛助会員)

※ワンドリンク付き

【CAST】カンテ：マヌエル・デ・ラ・マレー

ナ ギター：久保守 ピアノ：杏梨

パーカッション：容昌

バイレ：土方憲人

【作・構成・演出】土方憲人

【チケット発売開始】2021年8月30日予定

<http://www.elsurfoundation.com>

【主催/お問合せ】エルスール財団

info@elsurfoundation.com

★ファルーカレビュー 今枝友加里サイタル Vol.6 「夜明けの鼓動」 5/15(土)有観客&生配信



コロナの影響で延期となった昨年の
「SINVUELO」の代替公演として企画され
た本公演。今回もまた緊急事態宣言下と
なった東京(渋谷さくらホール)にて、収容
人数を制限しての有観客&生配信ライブ
が開催された。日本を代表するフラメンコ
アーティスト今枝友加を中心に、日本トップ
クラスのアーティスト総勢14名が集結。「夜
明けの鼓動」と題し、自身のバイレソロに加
え女性舞踊手達による群舞、巨匠エンリケ
坂井のギター、スペイン人も認めた今枝の
カンテなど盛りだくさんの内容であった。終
始暖かい空気に包まれた一体感のある
ステージ。

1曲1曲に込
められた思
いが十分に
伝わる感動
的な公演
だった。



PRESENT

アンケートに答えるだけ
抽選でプレゼントが当たる!
回答は www.farruca.jp まで



【エキスパートへの質問募集中!】

フラメンコに関する事や、身体に関する悩みなど、ファ
ルーカがアナタに代わってエキスパートに質問します。

【フラメンコエピソード募集中!】

身の周りの楽しい、あるいは悲しいフラメンコエピソード
おしえてください!

■キキリキ フラメンコシューズケース 2名様



とっても
かわいい
シューズケースが
できました!

締切2021年7月31日

(色、柄は写真と異なる場合があります。色、柄は選べません)

フラメンコを楽しむ人のコミュニティペーパー

Farruca ファルーカ
Vol.62

発行日：2021年7月1日

発行：株式会社エムツーカンパニー

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町2-2-34 千代田三信ビル 5F

TEL 03-5577-6486 FAX 03-3230-7122

Email: info@farruca.jp

STAFF

Publisher/Product Manager

南千佳子

Editorial Staff

恒川彰子、福田陽子

松本直子、加藤恵美子

Design

松本恵子

Illustration

hacy

編集後記

■アルコールなしでは外食する気になれない...という酒飲み体質
を改めて思い知った緊急事態宣言下。(福) ■散歩中に気づいた。
バードウォッチングって、終わりの無い時間消費。これは危険な趣
味だ。(え) ■それぞれの「ゆずれない」と「寛容」が多様であるこ
とに気づいた一年間。(A) ■手術後の!ハビリ中。日々出来ることが
増↑。毎日続けるのって大事なのね〜(ま) ■配信はそろそろ...リアル
イベント、リアルライブに行きたくなった! (み)

Farruca Select Shop ファルーカ・セレクトショップ

ファルーカでお買物！

このページの商品はすべてPCサイト・スマホサイトから購入出来ます。

新作ファルダ
続々登場！
詳細はHPへ



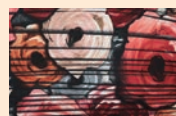
※Farruca取扱商品は、断り書きがあるものを除き全てスペイン製です。



Quiquiriqui 【キキリキ】
スペイン発のニューブランド。オリジナルグッズも展開中！

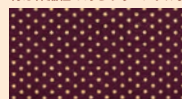
マーメイドファルダ・
フローレス
【限定1着!!】
¥16,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 62K 01

インパクトのあるフローレス柄を、同系カラーでまとめた一点ものファルダ。素材は伸縮性のあるポリエステル。



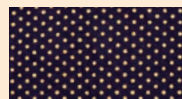
マーメイドファルダ・
ワインレッド×
イエロー水玉
【限定1着!!】
¥16,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 62K 02

イエローが入ることで、定番の水玉がぐっと可愛い雰囲気。素材は伸縮性のあるポリエステル。



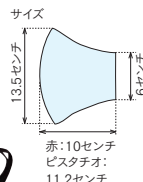
マーメイドファルダ・
黒×イエロー水玉
【限定1着!!】
¥16,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 62K 03

ソフトな印象の黒×イエロー水玉。飽きのこない配色。素材は伸縮性のあるポリエステル。



マスク柄違い
入荷予定!
詳細はHP

マスク
¥2,400(税込)
色/赤、ビスタチオ
商品番号 62C 01



一枚は欲しい、ドレスアップマスク。マントン工房で製作。



アパニコ
¥3,000(税込)
色/ブルー花、赤花
サイズ/長さ23センチ
商品番号 62C 02

全面に描かれた花模様が舞台映えること間違いなし!



イヤリング
¥2,000(税込)
色/フuchsia、ブルー
サイズ/全長7.2センチ
商品番号 62C 03

落ち肩いたトーンと存在感あるフォルムでコーディネートのポイントに。

ファルーカオリジナル(日本製)



マーメイドファルダ・
黒地刺しゅう風プリント
【限定4着!!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 FS154-T

人気のモノトーン花柄。刺しゅう風で華やか。素材は伸縮性のあるポリエステル。



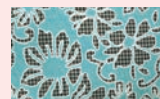
マーメイドファルダ・
ピンク×グレー
【限定1着!!】
¥16,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 FS155-T

ウエストの黒いベルトが全体を引き締めます。(縮70%、ポリエステル30%)



マーメイドファルダ・
エメラルドグリーン
【限定2着!!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 FS156-T

爽やかなグリーンと無地のスリットが好バランス。素材は伸縮性のあるポリエステル。



マーメイドファルダ・
ブルメリア柄
【限定1着!!】
¥16,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 FS157-T

キリッとした濃紺がカッコイイ、すっきりと見せる一枚。素材は伸縮性のあるポリエステル。



マーメイドファルダ・
ジーンズ風プリント
【限定2着!!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 FS158-T

濃いブルーのスリットが程良いアクセントに。素材は伸縮性のあるポリエステル。



マーメイドファルダ・
サーキュラー水玉
【限定3着!!】
¥15,000(税込)
サイズ/フリーサイズ(M~L)
商品番号 FS159-T

水玉部分のスカートが円形タイプで広がります。素材は伸縮性のあるポリエステル。



ファルーカ jOle! Tシャツ再入荷しました!

●ご注文・お問い合わせ www.farruca.jp/shop

Tel.03-5577-6486 (平日10:00~16:00受付) E-mail: dokusha@farruca.jp Fax.03(3230)7122

●携帯サイトからも注文可能 ●カード払いOK

●Eメール・FAX・TELでも注文できます。

Step1

ご注文

- WEBサイト・携帯サイトのファルーカ・セレクトショップからご注文ください。
- Eメール、FAXでのご注文の場合の記入事項
- ①お名前 ⑥商品名と商品番号 (サイズ、色、ピアスかイヤリングか)
- ②〒・住所 ⑦個数
- ③電話番号 ⑧支払い (振り込み・代金引換)
- ④FAX番号 ⑨お届け希望 (曜日・時間)
- ⑤メールアドレス

Step2

ご注文確認

- ご注文確認メールが届きます。内容に間違いがないかご確認ください。

Step3

ご注文確定

- 在庫の有無、納品予定日、振り込みの場合は支払口座をお知らせします。

Step4

お支払

- お支払い方法
代金引換・銀行振込 (前払
い制)・クレジットカード
決済よりお選びください。
- Eメール、FAX、TELでのご注文は代金引換のみとなります。

Step5

お届け

- 前払いの場合は入金確認後7日以内に発送、代引きの場合は注文後7日以内に発送します。在庫切れの場合、またレオタード、ファルダなどの受注発注商品は、お届けに2ヶ月弱かかる場合がございます。詳細はご連絡いたします。