

昭和・平成のヒット曲で踊って
脳も体も思い出も再生する！

リバイバル ダンス

Produced by **ダシテモdANCE**

TRFメンバーのSAM, ETSU, CHIHARUが考案した
認知症など高齢期の病気に備えるためのダンスプログラム

昭和から平成のヒット曲で踊って脳を活性化 ココロもカラダもリバイバル!

ご高齢者なら誰もが知っていて、誰もが歌える、懐かしい曲を選曲しメドレーにしています。参加者のみなさんが、気持ちを若返らせながら、飽きずに踊れるように工夫したダンスです。有酸素運動により、BDNF※を増やし、音楽と振り付けによるマルチタスクで、脳神経をリバイバル!

※ BDNF とは脳由来神経栄養因子と呼ばれるタンパク質の一種で、神経細胞の発生や成長、維持や再生を促します。

1 運動編

テンポが早めな楽曲による4分26秒のメドレー。下半身のステップが中心の、筋肉を動かす振付。椅子に座ったままでも運動可能です。

- 1 お祭りマンボ／美空ひばり
- 2 プレイバック part 2 /山口百恵
- 3 ギャランドウ／西城秀樹
- 4 お嫁サンバ／郷ひろみ
- 5 survival dAnce
～ no no cry more ～ / TRF

2 脳活性編

バラードやスローテンポな楽曲による5分40秒のメドレー。上半身中心の振付。椅子に座ったままでも運動可能です。

- 1 太陽にほえろのテーマ
- 2 自動車ショー歌／小林旭
- 3 せんせい／森昌子
- 4 川の流れのように／美空ひばり
- 5 年下の男の子／キャンディーズ
- 6 三百六十五歩のマーチ／水前寺清子

楽しく、無理なく 運動効果を上げる!

高齢者の方々でも楽しく継続して踊れて、無理なく運動効果を上げられる振り付けを考え抜いたプログラムです。

日本のダンス界を一線で牽引してきた TRF のメンバーが、超高齢化が進む社会に「エンターテインメントの力で貢献したい」という想いから高齢者でも楽しみながら、無理なく体力を向上させるダンスを完成させました。

医学や科学の 専門家らによる監修!

日本認知症予防学会の専門医の監修と、理化学研究所との共同研究により、医学と科学の知見を採り入れながらプログラムを制作。理学療法士のアドバイスにより、振り付けそれぞれの動きに、高齢者の運動機能を高める要素を盛り込んでいます。



TRF

1992年に小室哲哉プロデューサーのもと結成した、テクノ・レイヴ・ユニット「TRF」のダンスクリエイター/ダンサー SAM、ETSU、CHIHARU。あらゆる人々にダンスや音楽を通して夢や勇気、感動を与え続けている。



浦上克哉

一般社団法人 日本認知症予防学会 理事長
(鳥取大学医学部保健学科生体制御学講座環境保健学分野・教授)
日本認知症予防学会理事長、日本老年精神医学会理事、日本認知症予防学会専門医。アルツハイマー型認知症および関連疾患を専門とし、診断マーカーの開発研究、外来での診察と治療、予防、ケアなど総合的に認知症と取り組む。



西野憲史

一般社団法人 日本認知症予防学会 副理事長
(医療法人ふらてで会理事長)

1986年10月に西野病院を開設し、院長に就任する。1995年に医療法人ふらてで会西野病院理事長、2002年に社会福祉法人ふらてで福祉会理事長に就任し、現在に至る。



宮崎敦子

東京大学 先端科学技術研究センター 身体情報学分野 特任研究員
理化学研究所 計算工学応用開発ユニット 客員研究員
東北大学大学院医学系研究科脳機能開発研究分野博士課程修了。脳と音楽の関係、ドラムを用いた認知症予防・改善プログラム開発などの研究をしている。Dr.DJ ATSUKO 名義で長年DJ活動を続け、リズムへの造詣が深い。

リバイバルダンス

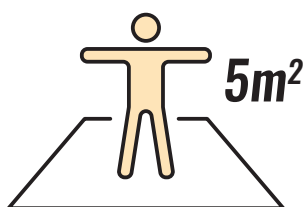
プログラム概要

ご指定の場所まで講師を派遣し、リバイバルダンスの指導を行います。

1回のみ／全12回(3か月開催)／全48回(1年開催)のいずれかのプログラムをご用意。

※2回～3回開催や、全24回(半年間2クール)開催など、ご都合に合わせたカスタマイズも承ります。

会場について



ご依頼者様側でご用意ください。運動に適した場所で、両手を伸ばしても人にぶつからない程度の広さの会場をご用意ください。(5㎡/人程度)

所要時間



60-90min

- | | | |
|--------|--------|-------------------------|
| 1 準備運動 | 10分 | 身体を動かすために、しっかりと準備運動をします |
| 2 ダンス | 45-75分 | 振付を少しずつ覚えて、連続して踊っていきます |
| 3 整理体操 | 5分 | 心と身体を落ち着けるようにクールダウンします |

1回のレッスン時間は60～90分程度で、ご希望に応じて設定します。高齢者向けレッスンに長けたプロダンサーの講師が、参加者のレベルに合わせて指導をするため、身体に無理な負担をかけることなく、安全にレッスンを受講することができます。

ご用意いただく機材

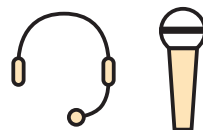


運動できる靴、服装



音響機材一式
(再生機器・スピーカー)

音源はPCまたはCDから出します。PCの場合はミキサーと接続するケーブル、CDの場合はCDプレーヤーをご用意ください。



インストラクター用の
ヘッドセット
またはハンドマイク

会場規模によっては不要です



※鏡は不要です。

補足事項

- ・プログラムの内容は、レッスン回数と参加者のレベルによって異なります。
- ・参加者多数の場合は講師の人数を増員させていただきます。
- ・プログラムの様子の撮影や、参加者様へインタビューをさせていただく場合がございます。
- ・当プログラムや楽曲を、当社の許諾なく、無駄で複製、利用することはできません。
- ・感染症予防対策については十分に配慮の上で実施いたしますが、申し込み団体やご参加者にも予防対策をお願いさせていただきます。

リバイバルダンスを自宅でも体験できます! DVDも2021年に発売予定。
オフィシャルサイト (<https://revival-life.jp/>) にて順次お知らせいたします。

講師付きフルパッケージ価格表

| 参加人数 | 1回のみ開催 | 全12回(週1回/3ヶ月開催) | 全48回(週1回/1年開催) |
|---------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| 30名まで ^{※1} | 150,000円 (1人当たり:5,000円) | 1,620,000円 (1人当たり:54,000円) | 5,760,000円 (1人当たり:192,000円) |
| 40名まで | 160,000円 (1人当たり:4,000円) | 1,728,000円 (1人当たり:43,200円) | 6,144,000円 (1人当たり:153,600円) |
| 50名まで | 175,000円 (1人当たり:3,500円) | 1,890,000円 (1人当たり:37,800円) | 6,720,000円 (1人当たり:134,400円) |
| 60名まで | 210,000円 (1人当たり:3,500円) | 2,268,000円 (1人当たり:37,800円) | 8,064,000円 (1人当たり:134,400円) |
| 70名まで | 245,000円 (1人当たり:3,500円) | 2,646,000円 (1人当たり:37,800円) | 9,408,000円 (1人当たり:134,400円) |
| 80名まで | 280,000円 (1人当たり:3,500円) | 3,024,000円 (1人当たり:37,800円) | 10,752,000円 (1人当たり:134,400円) |

参加人数やレッスンの回数が増えると、1名あたりの価格がお得になります。
また朝日新聞社の「認知症フレンドリー講座」と合わせてお申込みいただきますと
セット割引で更にお得になります。

詳しくは下記のお問い合わせフォームにてお問い合わせください。

※1: リバイバルダンスに特化した講師を派遣していることから、最低保証料金を設定しています。
30名以下での申し込みも可能ですが、記載の金額を最低保証料金としてお支払いいただきます。
(例: 1回のみ開催で10名参加の場合でも、総額15万円)

※表示価格はすべて消費税別です。提供プログラムや価格は予告なく変更する場合があります。

※上記の価格に著作権使用料は含まれません。申込者より別途処理して頂く必要があります。

※講師の交通費は別途加算の上、ご請求いたします。

※レッスンの質を維持するために、参加者50名単位で、講師の数を増やしていきます。(例: 50名までは講師1名、51名~100名は講師2名)

※ダンスの講師はTRFメンバーではありません。リバイバルダンス専用のトレーニングを受けた講師を派遣します。

TRFメンバーを講師として派遣したい場合は別途お問い合わせください。

※小学生のお子さんなど、高齢者以外の方のご参加も可能です。

※80名以上参加をご希望の場合は、別途お問い合わせください。



avex entertainment

ご依頼・お見積等
お問い合わせ先

『リバイバルダンス』オフィシャルサイト内「お問い合わせ」よりご連絡下さい

<https://ssl.avexnet.or.jp/form/ask/revival-life/>

