

特集1

舞踊と姿勢

〈鼎談〉精神の躍動、肉体の自由

——さまざま舞踊を通して

堂本正樹（劇作家・評論家）

若松美黄（舞踊家）

花柳照奈（舞踊家）

自然の息吹きを肌で感じ、心から幸せを抱きしめる

——岩下幸子さんとフラダンス

◆サイエンス

身体と呼吸の関係

◆マニアル

ダンス・セラピー

◆データ

芸術としてのダンス系図

◆トライ

手軽にダンスを楽しもう  
カルチャー・スクールのダンス教室

◆エウササイズ……だれでも楽しめるフラダンス

特集2

バッグの研究「持つ」と「運ぶ」を考える

“持つ”について——人だけが“運ぶ”を知っている

疲れにくく、美しい姿勢で“持つ”コツ

日本と西洋の持ち物変遷史

使うほどに味の出るバッグ

風呂敷を使いこなす

トピックス

ルポルタージュひとりひとりの健康が町を豊かに変えていく

「長野県」

おたより

姿勢研究所について

出版案内