

子育て中のおかあさん向けワークショップ「ゆるゆるしてみる」



バレエ教室  
通ってました。

ゆるゆるしてみる

子育て中のおかあさん向け  
ワークショップ

# 子育て中のおかあさん向けワークショップ ～ゆるゆるしてみる～

少しだけ心をゆるめて、身体や頭を自由に遊ばせてみませんか？

音楽・ダンス・演劇の専門家による案内で、それぞれの専門のエッセンスを体験してみる機会です。やったことないことを楽しんでみましょう。

型にはまった何かをするものではありませんので、気軽な気持ちでご参加ください。



## ワークショップ内容

### 講座 1 「音であそぶ、音を味わう」

9月20日(木) 13:30～15:00 定員 20名

楽譜は使いません。楽器経験も必要なし。軽く声を出してみたり、手拍子でアンサンブルしたり、小さな打楽器類で遊びます。上手いとか下手とか関係ない世界です。“音のコミュニケーション”とっても楽しくて新鮮な体験になるはずですよ。

## 講師プロフィール

### 片岡 祐介 (音楽家)

子どもの頃から作曲や即興演奏に興味を持ち、木琴やピアノの演奏を自己流で始め、東京音楽大学で打楽器を学ぶ。映画やコマース音楽での経験を積んだ後、97年から2000年まで、岐阜県音楽療法研究所にて研究員として勤務し、障害児者との演奏共演を多数行う。マリンバのソロコンサートなど、ジャンルに拘らない演奏活動の他、音楽療法士のための実践的な講座や、幼児から高齢者まで幅広い人を対象に即興演奏のワークショップも行っている。おとぼけキャラで、おどり好き。

### 講座 2 「パンクに踊る」

10月5日(金) 13:30～15:00 定員 20名

いつの間にか、はちやめちやるのはお子さん、もしくは旦那さんの役割になっちゃっていませんか？からだを揺すってリラックスさせて、時にはぶつかり合ったり、自由に声を出したりします。体や心をときほくす1時間半です。

※むやみに激しいことをする、わけではありませんので、安心してください。

### 砂連尾 理 (振付家、ダンサー)

91年、寺田みさことダンスユニットを結成。02年、「TOYOTA CHOREOGRAPHY AWARD 2002」にて、「次代を担う振付家賞」(グランプリ)、「オーディエンス賞」をW受賞。近年はソロ活動を中心に、ドイツの障がい者劇団ティクバとの「Thikwa+Junkn Project」、京都・舞鶴の高齢者との「とつとつダンス」、宮城・閉上(ゆりあげ)の避難所生活者への取材が契機となった「猿とモルタル」等を発表。著書に「老人ホームで生まれたとつとつダンス」—ダンスのような、介護のような—(晶文社)。

### 講座 3 「こみゆにけーしょんって何？」

11月15日(木) 13:30～15:00 定員 20名

お隣さんにじーじやばーば、親類縁者や夫や子ども、今の時代を生きる人たち共通の悩みは他人とのコミュニケーションだったりします。演劇は誰かと誰かがどんなふうにも仲良くなったりケンカしたりしていくのかを客観的に見ていく芸術です。演劇をやれば悩みが解決する訳ではありませんが一緒に演劇をやってみてどんな風に人間関係が動いていくのか考えてみませんか？演劇の切り口から、コミュニケーションというテーマに気楽に触れていただけます。

### 柏木 陽 (演劇百貨店代表/演劇家)

演劇百貨店代表/演劇家。劇作家・演出家の如月小春とともに活動し、アジア女性演劇会議事務局、兵庫県立こどもの館の野外移動劇ワークショップなど新たな演劇の可能性を探る現場に関わる。03年、特定非営利活動法人演劇百貨店を設立し、代表理事に就任。現在もワークショップの進行役として、全国各地の劇場・児童館・美術館・学校で、子どもたちと独自の演劇空間を作り出している。青山学院女子短期大学、大月短期大学、和光大学で非常勤講師を務める。平成29年度「演劇教育賞」(日本演劇教育連盟)を受賞。



開催場所

## みをつくし文化センター 静岡県浜松市北区細江町気賀 369

講座 1 9月20日(木) 大研修室 | 講座 2 10月5日(金) リハーサル室 | 講座 3 11月15日(木) 大研修室

参加費 / 無料

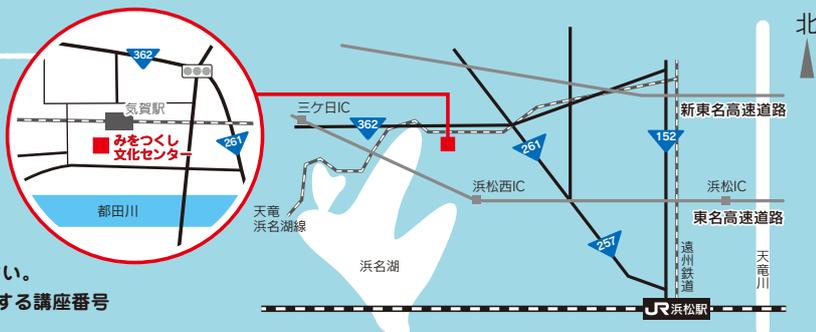
浜松市根洗学園

メール nearai@ruby.ocn.ne.jp

FAX 053-436-9326

### 【申し込み方法】

メールまたは、FAXにて、以下の項目を記入してお申し込みください。  
氏名/連絡先(電話番号、メールアドレス、あれば FAX 番号)/希望する講座番号



お問い合わせ先

「ゆるゆるしてみる」は子育て中のお母さん向けです。

どなたでも参加できるワークショップシリーズ「やったことないをやってみる2」が10月からスタートします。

詳しくは根洗学園までお問い合わせください。

主催：浜松市根洗学園（社会福祉法人ひかりの園）、静岡県文化プログラム推進委員会