

MANABI・BODY

リラックスのためのボディーワーク

整体、体操、マッサージ、トリートメントなど、様々なボディーワークを参加者の皆さんと一緒に楽しみましょう！ ボディーワーク技法のエッセンスを知って頂いて、親子、夫婦間での大切なコミュニケーションとして、ご家庭でも実践して頂くことができます。現代社会は継続的なストレスに晒されています。時には緊張状態を緩め、リラックスすることが必要なのですが、現代人は、その心身のリラックス方法を忘れてしまっています。リラックスしているつもりでも、無自覚に身体には緊張状態が続いているのです。この講座では、自律神経を整えるために、身体を揺らして、筋肉を緩ませ、骨を正しい位置へと導いていきます。身体は痛く感じた時には、もうすでにその状態が固定化してしまっています。日常的に定期的に、適切なやり方で身体を使うことにより、ケアしていくことが肝心です。その生活習慣の第一歩として、この講座を是非ご活用ください。

講師のご紹介

佐藤 敬子(さとう けいこ) 介護ヘルパー(ヘルパー2級、平成14年取得)の経験から、お年寄りの運動能力の低下による様々な問題に直面し、平成21年より、整体、体操、マッサージ、トリートメントなど、様々なボディーワークを学ぶ。平成23年、自宅サロン「日々の暮らし」を開設。

MANABI・MIND

MANABI・MUSIC

音楽と物理(芸術と物理の接点)

音楽を録音することによって様々な物理学に触れながら、作品を作っていくことを中心に進めるゼネラルな講座です。音楽制作には、様々な物理学の要素が含まれています。例えば、収録時は音響工学の知識が必要です。そしてその収録された情報は電気信号として取り扱われますから、そこでは電子工学の知識が必要になってきます。これらの知識を何の目的もなく、ただ数式などとして習うことは多くの人にとってとても苦痛なことですね。皆さんも既に経験済みなのではないでしょうか？ しかし、これらの知識を作品制作を通して体感として身につけることができればどうでしょう？ その方法ならば、たとえ数式は分からなくとも、それぞれの物理が示す根本的な意味を知ることのできるのです。もし子供の時にそれを知ることができれば、中学、高校、大学と進んだ際にも、意味不明の数式を扱う…という不毛な感覚に襲われることはありませんし、また学生時代、文系を専攻した方の大人の生涯学習としても非常に濃密な内容となるでしょう。体感そのものに年齢は関係ありませんから、大学教育で学ぶような内容であっても、その本質部分は、勤の良い子供ならば体感することができます。難しそうに聞こえる専門用語を暗記することが目的ではなく、その用語が示す内容そのものを知って頂きたいと考えています。

また音楽そのものも時間芸術空間芸術と呼ばれるように、物理学の要素があります。和音の仕組みや、ビートの持つグルーブ(揺らぎ)を解析することなどは、音楽以外の物事を発想する際にも非常に役立つ知識(微積分、統計など)となります。また音楽は他の視覚的芸術や文学などと密接な関係があります。その辺りにも折につけ触れて、より総合的で抽象的な、汎用性のある知識が体感できるように進めていきたいと考えています。

音楽は子供から大人まで楽しめる大変身近なエンターテインメントです。それをきっかけに楽しく知識や技術を学んで頂ければと思っています。

講師のご紹介

佐野 正樹(さの まさき) 広告制作会社 有限会社ヴァイアル代表取締役。
平成15年より、名古屋芸術大学音楽文化創造学科 非常勤講師。
プロデューサー、レコーディングエンジニア、映像作家、建築プランナーなど様々な分野で活躍するマルチクリエイター。
<http://.comoon.net> <http://vial.jp>

MANABI・PHY

受講のご案内

「リラックスのためのボディーワーク」 月2回(一回、50分)受講料、月額4,000円
運動できる服装でお越しください。床に敷くためのタオルをご持参ください。
「音楽と物理」 月2回(一回、100分)受講料、月額6,000円 1コマ定員10名、カイトスタジオで行われます。
スタジオ内で使用するスリッパをご持参ください。

受講料は2023年3月時点の税込み表示です。今後の税制変更など、改訂時は受講者の皆さんに事前にご相談させていただきます。各講座毎にご用意して頂く用具、服装などが異なります。ご不明な点は、事前に「まなび」事務局へお問い合わせください。

※お問い合わせ先 TEL 080-5169-9108 FAX 0564-51-9108 Eメール info@ganjyouchi-mikage.com 担当「鈴木」までお気軽にお問い合わせください。