

エクサドン体験
さあ、
始めて
みましょう



二〇一四年より森本芳典
医師の監修のもと、開始
したエクサドン。活動を
知っていただく機会とし
て、体験の場をつくりま
した。エクサドンインス
トラクターが中心となって
開発したプログラムを
もって、「体験」と「講座」
のクラスを開講します。

森本芳典氏

- ・汐彩クリニック院長
- ・精神保健指定医
- ・認知症サポート医



EXADON (エクサドン) とは、

太鼓を使った
こころとからだのヨロコブ健康習慣



EXERCISE

エクササイズ

心身の健康増進を
目的とした運動や
トレーニング

SADO

佐渡

佐渡島・佐渡の自然・
伝統・文化・智慧など

DON

太鼓のドン

和太鼓・その他の楽器の音・
振動・音楽など

※ エクサドンは森本芳典氏と(公財)鼓童文化財団の共同の登録商標です。

インス
トラクター

みやざき まさみ
宮崎 正美 (サミーちゃん)

熊本県出身。2001年鼓童のメンバーとなり、国内外にて劇場公演、学校交流公演、ワークショップ等を通じ、演奏者、指導者、演出家として活躍してきた。2014年より、たたこう館(佐渡太鼓体験交流館)で太鼓体験講師の傍ら、様々なミュージシャンとのコラボレーションを行うなど活躍の場を広げている。持ち前の元気と明るさで、エクサドンファシリテーターとして、日本各地で老若男女を対象とした様々なワークショップを開催中。言語や文化の違いを超えて世界中のファンに愛され、その笑顔で周りのみんなが元気になると定評を得ている。

よねたに ともひろ
米谷 友宏 (よねちゃん)

静岡県出身。小学1年生の時から地元太鼓チームで太鼓を始める。2015年より2年間、鼓童文化財団研修生として太鼓、笛、唄、踊りなどを学び2017年4月よりたたこう館(佐渡太鼓体験交流館)に務める。これまでに修学旅行生への太鼓体験のほか、福祉施設での和太鼓講師も務め、親しみやすい人柄が子どもたちや高齢者からも人気を呼ぶ。自身が得意とする笛をとり入れた太鼓のワークショップにも挑戦中。

エクサドン 体験

[参加費]
4,000円
(税込)

内容 (120分)

- ・オリエンテーション
- ・森本芳典氏による
DVD講義
「エクサドン体験のご紹介」
- ・太鼓実技
【インストラクター】
宮崎正美
米谷友宏

[対象]

子どもから高齢者までどなたでも

◆ 11月23日(土・祝)

埼玉県さいたま市

会場 和太鼓スタジオ すわんど

時間 10:00-12:00

◆ 11月24日(日)

東京都目黒区

会場 太鼓の里 響和館
Bスタジオ

時間 10:30-12:30

エクサドン 講座

[受講料]
5,000円
(税込)
*テキスト代込

内容 (120分)

- ・オリエンテーション
- ・森本芳典氏による
DVD講義
「エクサドン講座」
- ・太鼓実技
【インストラクター】
宮崎正美
米谷友宏

[対象]

「エクサドン体験」経験者

◆ 11月23日(土・祝)

埼玉県さいたま市

会場 和太鼓スタジオすわんど

時間 14:00-16:00

※「エクサドン講座」では、
体験内容をより詳細に指導
いたします。



[申込締切] 2019年10月10日(木)

[募集定員] 11/23は各回20名、11/24は8名

お申込み 方法

メールまたは郵便で下記「お申込み事項」をお知らせください。
応募締切後、定員を超えた場合は、選考の上、参加のご案内と参加費(または受講料)の
ご入金方法について、ご連絡申し上げます。

※締切後定員に達していない場合は先着順で受付します。

Email: exadon@kodo.or.jp

メールタイトルを「エクサドン体験(または講座)参加申込み」としてください。

郵送: 〒952-0611 新潟県佐渡市小木金田新田150-3(公財)鼓童文化財団
佐渡太鼓体験交流館「エクサドン」係

電話でのお問合せ TEL:0259-86-2320(9:00-17:00) 担当: 宮崎正美・米谷友宏

※月曜休館・祝日の場合は翌火曜休館

※お電話での申込受付はいたしませんので、予めご了承ください。

[お申込み事項]

- | | | |
|-------------|----------------------|-----------------------|
| ① ご希望日時と会場 | ⑤ 年齢 | ⑨ 太鼓経験有無 |
| ② お名前(ふりがな) | ⑥ ご住所 | ⑩ バチレンタル(無料) 必要 or 不要 |
| ③ 職業 | ⑦ E mail | ⑪ 体験または講座の参加を希望する理由 |
| ④ 性別 | ⑧ 日中連絡可能な
連絡先(携帯) | ⑫ 「鼓童の会」会員の方は会員番号 |

※会員は優先的に受付いたしますので会員番号を
お忘れなくご記入ください。

※お預かりした個人情報、適切な方法で管理し、参加者の選考やご連絡のために利用いたします。