

大洲市のがんばるひと応援事業



エクサドン講習会

太鼓でドンドン!
元気にエクサドン!!

参加費
無料!

太鼓を使った**こころ**と**からだ**がヨロコブ健康習慣
いま注目されている和太鼓を活用した健康増進・介護予防プログラム

2019年**11月10日**(日)

会場：愛媛県大洲市 大洲小学校体育館
時間：午前の部 10：00～12：00 / 午後の部 13：30～15：30
定員：各50名（要予約・申込先着順）
対象：一般・無料（市民に限らず近隣の市町村からも参加可能）
※小学生以下保護者同伴

■内容 エクサドン体験(2時間)

- ・オリエンテーション
- ・森本芳典氏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)

■エクサドンとは

「エクササイズ(運動)」+「佐渡」+「ドン(太鼓の音)」を合わせた造語で、鼓童文化財団と森本芳典の共同登録商標です。2014年2月より、太鼓と芸能を愉しむ心と身体活動を中心とした健康増進、介護予防フィットネス・プログラムとして開始されました。

■後援

大洲市 大洲市教育委員会
愛媛新聞社 南海放送 テレビ愛媛
あいテレビ 愛媛朝日テレビ 愛媛CATV



インストラクター
宮崎正美

KODŌ

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。

■お申込み・お問い合わせ 和太鼓ユニットみゆう
090-1005-3108 / miyuu.renraku@gmail.com