

にんげんクラブ 主催

# 健康能楽 科目別体験セミナー

— 荘厳な音楽をバックに楽しく美しく『健康能楽』に挑戦してみませんか —



井上 和幸 先生

(いのうえ かずゆき)

シテ方観世流(梅若 実玄祥家)能楽師。能楽協会会員。京都梅若会所属。緑幸会主宰。京都市在住。昭和45年角当行雄師に入門。55世梅若六郎師・56世梅若六郎師(現・実玄祥師)に師事。シテは70数番。昭和59年7月21日 指導していた京都市南勤労青少年ホーム「謡曲・仕舞 サークル爽諷」が優良クラブとして「労働大臣(坂本三十次)表彰」受賞。平成30年3月26日 一般社団法人日本能楽会「功労者表彰」受賞。緑幸会HP <https://www.ryokukohkai.com/>



## 第4回 2020年7月22日(水)

13:00~14:30 「謡(うたい)」

14:30~16:00 「仕舞(しまい)」

<セミナー内容> 健康能楽のお話

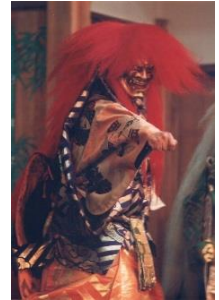
「謡」【発声法と小謡】

「仕舞」【すり足と深層筋体感・仕舞の姿勢と基本動作】

<持ち物>

「謡」参加の方は、録音機器をお持ちください。

「仕舞」参加の方は、木綿の足袋をご用意ください。



<参加費>

☆「謡」または「仕舞」一科目につき

3,500円

☆「謡」と「仕舞」二科目受ける方

5,500円

格調高い伝統芸能、敷居の高いイメージがあるお能ですが、もともとは650年前、世阿弥が『あらゆる人の幸せと健康を願って(寿福増長)』大成したとか。世代を問わず現代人の心身を癒し調えていく大切なエッセンスがたくさん詰まっています。日々しなやかに生きていくために役立つ『能楽』をアレンジしたものを、能楽師・井上和幸先生が『健康能楽』としてまとめられました。「すり足」は、インナーマッスルが安定して疲れにくい身体になります。そして足裏を脳で感じる事により脳が活性化致します。「謡」は、七五調の美しい言霊を発する事で心身が浄化され、また長く吐く息を意識する呼吸法は「長生き」に繋がると言われています。呼吸法も取り入れ、息を長く吐くという意識を向けることによって、精神的な安定を得ることができます。街で、ハッとさせる深刺とした波動を放っている人を見かけて『あんな風になれたら』と思ったことはありませんか。心身を調え美しい所作が体得できる楽しく美しく『健康能楽』に挑戦してみませんか。

健康能楽は、ムービング禪と呼ばれ、身体の内側から整えられていく精神統一を体験していきます。『仕舞』や『謡』を学び、日本語のもつ一音一音の響きをぜひ体感されてみてください。

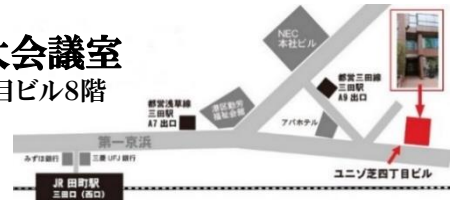
## <会場> 船井本社 大会議室

東京都港区芝 4-5-10 ユニゾ芝四丁目ビル8階

◆JR 田町駅 三田口より徒歩 6分

◆都営三田線 三田駅 A9出口より徒歩 3分

◆都営浅草線 三田駅 A7出口より徒歩 4分



## 参加お申込み欄

FAX : 03-5730-2715

フリガナ	氏名	会員番号
お名前		
ご住所	〒	
E-mail		
TEL	(日中連絡の取れる番号を記入してください)	FAX
参加	「謡(うたい)」のみ ・ 「仕舞(しまい)」のみ ・ 両方参加	

- ・上記お申込み用紙にご記入の上、FAXをお願いします。お電話、ホームページ(クレジット決済もできます)からもお申込みいただけます。
- ・お客様のお名前・ご住所などの情報は、船井本社グループの営業活動に限り使用させていただきます。
- ・お申込み後、1週間以内のお振込をお願いいたします。ご入金確認をもって、受付完了となります。
- ・ご入金前のキャンセルはお早目にご連絡ください。受付完了後の返金は一切できませんので何卒ご了承ください。

お問い合わせ：(株)にんげんクラブ TEL：03-5730-2713 [toiawase@ningenclub.com](mailto:toiawase@ningenclub.com)

ホームページ <https://www.ningenclub.jp/>

本物や真理に学ぶ

にんげんクラブセミナー 検索