

令和8年度

# 城の 辺の 演劇

演劇の基礎練習で健康UP!

演劇に興味のある方

大歓迎!

## ワークショップ

## 受講者募集

- 開催期間 令和8年6月5日(金)～8月7日(金) (※予定)  
毎週金曜日 午後7時00分～午後9時00分
- 開催場所 城辺公民館2階 多目的ホール
- 講師 岩崎 望(城辺公民館 事務員)
- 参加費 無料
- 募集人数 20名

### - 城の辺演劇ワークショップについて -

演劇をすることは、脳と体の健康維持に、とても良い効果があることは御存じでしょうか?

舞台でお芝居をするには、長～いセリフを覚えて、噛まずに、はっきりとした声で、大きく体を動かさなくてははいけません。

大きな声を出すことはストレス発散に。舞台的な動作を練習することは運動だけでなく自分の体の動かし方を見つめなおす機会になります。また、演じる役の心情や共演者の意図を理解しようとする事で感受性・共感性を養うことにもつながるなど、良い効果がたくさんあります。

当ワークショップでは演劇の基礎練習を通じて、心と体の健康維持を目的としています。

お芝居に興味があるという方も大歓迎です。

### 申込方法

申込書に必要事項を御記入のうえ城辺公民館へお持ちいただくか、電話にてお申込みください。

申込期限：6月30日(火)まで

※開催期間中も上記期日までは随時申込みできます。

参加は申込み後、翌週の回からになります。御了承ください。