

ストレスと共存してハッピーに ～音楽をこころのウェルビーイングに役立てる～

2023年9月30日(土) 14:00開講 (13:30受付・開場)

講師：二俣 泉 (昭和音楽大学 教授)
会場：昭和音楽大学南校舎5階C511教室
受講料：一般 1,500円
麻生区在住者/在勤者 1,000円
(要事前申込・受講料事前振込)

- 小～高校生、本学在学学生・教職員無料(事前申込)
- ゆりフレンズ・卒業生・附属音楽教室生徒の割引対象です。
- 8/15から講座の申し込みを開始します。



二俣 泉 Izumi FUTAMATA
昭和音楽大学音楽芸術運営学科音楽療法コース教授。国立音楽大学器楽学科(ヴァイオリン専攻)卒業。同大学大学院修士課程(音楽教育学専攻)修了。筑波大学大学院修士課程(障害児教育専攻)修了。ノードフ・ロビンズ音楽療法オーストラリア・グライジュエイト・ディプロマ卒、ディプロマ(ノードフ・ロビンズ音楽療法)取得。日本音楽療法学会認定音楽療法士。神経発達症の子ども、入院患者への音楽療法の実践・研究を行っている。

音楽によるリラクゼーションとマインドフルネスによって「ストレスと共に元気に生きる」ための音楽活用法をお伝えします♪

人は、生きる上でストレスを避けることができません。ストレスを避けようとする、行動の選択肢を狭めることになってしまいます。

ハッピーに生きる上で大事なのは、「ストレスを避けること」ではなく、「ストレスと上手に共存すること」です。

音楽は、ストレスとうまく付き合う上で、とても有用なツールになります。この講座では、音楽を活用して心の健康を保つ具体的な方法をご紹介します。



♪ミニコンサート♪

フルート・ヴァイオリン・ピアノによる三重奏

フルート:渡邊ゆりの ヴァイオリン:松浦雅樹 ピアノ:渡辺麻里

J.S.バッハ

- ♪管弦楽組曲第2番より「ポロネーズ」「バデネリ」
- ♪管弦楽組曲第3番より「アリア」
- ♪ブランデンブルク協奏曲第5番より「第2楽章」
- ♪トリオ・ソナタ ト長調より「第1楽章」
- ♪「音楽の捧げもの」トリオ・ソナタより「第1楽章」

都合により曲目が変更になる場合があります。

【申込方法】 下記いずれかの方法で、講座開講日の3日前までにお申し込みください。

◆本学ホームページからのお申込み

<https://www.tosei-showa-music.ac.jp/calendar/>

8/15以降に申込フォームにご入力の上、送信ください。



◆FAXでのお申込み

044-953-1311

裏面「申込書」に必要事項をご記入の上、送信ください。
※受講者全員の情報の記入が必要です。

【受講時の注意事項】※下記をご了承の上、お申し込みをお願いします。

- 体調不良の方は入場をお控えください。
- 咳エチケット、手指の消毒、マスクの着用のご協力をお願いいたします。

【受講料支払い方法のご案内】

【郵便振替の場合】※振替用紙は郵便局に備え付け

《口座番号》00230-6-77470

《加入者名》学校法人東成学園昭和音楽大学生涯学習センター

(ガッコウホウジントウセイガクエン ショウワオンガクダイガクショウガイガクシュウセンター)

《通信欄》「講座名」をご記入ください。※下記《講座名：コード》をご参照ください。

【他金融機関からの場合】

《金融機関》ゆうちょ銀行

9/30(土)

音楽療法特別講座

MT4

《店名》029(ゼロニキュウ) 店

《口座番号》当座 0077470

《名義》学校法人東成学園昭和音楽大学生涯学習センター

(ガッコウホウジントウセイガクエン ショウワオンガクダイガクショウガイガクシュウセンター)

※振込人名の後に、必ず上記の「講座コード」をご入力ください。

<開講1週間前以降にご入金の場合、受講当日に受付でお振込控えのご提示をお願いいたします>

昭和音楽大学音楽療法特別講座 9月30日(土)

【申込書】

2023 年 月 日

昭和音楽大学チケットセンター 行 FAX:044-953-1311

申込者①

フリガナ		TEL	()
氏名		FAX	()
住所	(〒 -)		
E-mail			
所属 ※○を記入	1. 一般 2. ゆりフレンズ会員 (No.) 3. 麻生区在住者/在勤者 (勤務先: 住所: 麻生区) 4. 学生※本学以外 5. 附属音教生 6. 本学卒業生 7. 本学在学学生 (No.) 8. 本学教職員 (No.)		

申込者②

フリガナ		TEL	()
氏名		FAX	()
住所	(〒 -)		
E-mail			
所属 ※○を記入	1. 一般 2. ゆりフレンズ会員 (No.) 3. 麻生区在住者/在勤者 (勤務先: 住所: 麻生区) 4. 学生※本学以外 5. 附属音教生 6. 本学卒業生 7. 本学在学学生 (No.) 8. 本学教職員 (No.)		

※すべての申込者名が記入できない場合、新規用紙にてお申込みいただきますようお願いいたします。
※お申込みの際にいただいた個人情報は、講座開催・運営及び本学の催しのご案内のみに使用いたします。