



1日目 11月14日(土)

○13:00～13:30 <灯りの宿集合・オリエンテーション>

●13:30～15:30 <積み木ワークショップ>

- ・ライフワークバランスについて考え、何か一つ新しい気づきをもって帰ってもらう。
 - ・積み木ワークを通じて、ライフワークバランス、コミュニケーション、チームワーク、多様性などを感じてもらう。
- ファシリテーター:親父さまネットワーク たけさん

●16:00～17:00 <ドラムサークル>

- ・タイコやパーカッション(ドラム)を輪(サークル)になってみんなで演奏します。

楽譜はなく、その場で感じるままにリズムを奏でます。音楽経験は一切問いません。年齢・性別・身体自由度も問いません。ファシリテーターが、本来持っているあなたのリズムを引き出すヒントを差し上げます。その場で生まれたあなたのリズムが、みんなのリズムと同調し、「今」「ここ」にしかない個性豊かなリズムアンサンブルが生まれます。

ファシリテーター:Tomtomさん

○17:30～20:00 親父さまの料理タイム♪・夕食交流会

○20:00～21:00 フリータイム・入浴他

○21:00～22:00 大人タイム・翌日サウンドスケープ準備

2日目:11月15日(日)

●10:00～11:30 <スモールタンバードラムサークル&サウンドスケープ>

- ・スモールタンバ(小物楽器)を中心としたドラムサークルです。
 - ・脇役のように思われがち小さなパーカッションには無限の音のエッセンスが詰まっています。リズムとは?サウンドとは?
親父さまネットワークのみなさんで作り上げたサウンドスケープ(音の風景)>
を聴いて、リズムで風景を想像しましょう。
- ファシリテーター&サウンドスケープ隊:Tomtomさん&親父ネットワークスタッフ

●13:30～15:30 <ネイチャーゲーム>

「自然と遊ぼう! 自然と話そう!」

ネイチャーゲームは、1979年米国のナチュラリスト ジョセフ・コーネル氏により発表された活動で、様々な感覚を使って自然を直接体験し、自然への共感を育む活動です。自然と対話することで、様々な感覚を呼び起こし、多様な気づきを体験できます。

- ・ゲームを通じて、自然への気づきを何か一つ得る
- ・自然との一体感、自然と共に分かち合う心
- ・人それぞれの多様性を体感する

ネイチャーゲームリーダー:親父さまネットワーク たけ(武市誠司)さん

○15:30～16:00 <全体振り返り・灯りの宿解散>

(お問い合わせ・お申込み mail)

info@oyajisama.net

<http://www.oyajisama.net/>(親父さまネットワーク)

