

# [20B152]

## アタマとカラダを活性化するドラムサークル体験

本講座はオンライン講座です

参加無料

### 講座概要

みんなで輪になって打楽器を鳴らし、様々なアクティビティを体験することで脳と体を活性化する米国発祥のドラムサークル。日本でも企業研修やチームビルディングでの活用が広がり、ついにオンラインでもそのエッセンスを体験いただけるようになりました。

音楽経験はまったく不要。楽器がなくても大丈夫！まわりにある身近なモノを使って、音とリズムを楽しんでいただけます。あなたも、コロナ時代の新たなストレス解消、アタマとカラダの活性化にチャレンジしませんか！（ファシリテーターより）



### 申し込みについての確認事項

本講座はオンライン講座です。「オンライン講座の受講について」を必ずお読みになってからお申し込みください。 <https://extension-programs.shibaura-it.ac.jp/online>

### 特別協力

合同会社ビートオブサクセス [Facebook](#) / [HP](#)

### 講師 / コーディネーター プロフィール

講師:加藤恭子（芝浦工業大学デザイン工学部准教授）

海外経済協力基金（現国際協力機構）に勤務した後、渡米。Michigan State University (Ph.D. in Human Resources and Industrial Relations)、高崎商科大学商学部特任講師を経て、2014年より芝浦工業大学大学院工学マネジメント研究科、2019年より現職。専門分野は人と組織（組織行動論、人的資源管理論、キャリアデザイン、新規事業等）。



特別講師(ファシリテーター)：橋田“ベッカー” 正人（ビートオブサクセス トレーニングビート® ヘッドトレーナー、音楽家・プロパーカッションリスト）

日本におけるパーカッション界の草分け的存在。日本初のサルサ・バンド「オルケスタ・デル・ソル」を1978年に結成。これまでにMISIA、坂本龍一、松田聖子、嵐、Sexy Zoneなど、数々の有名アーティストのレコーディングやツアーに参加しており、レコーディング楽曲は25,000曲を超える。数々のバンド結成の経験から、チームビルディング、リーダーシップ、コミュニケーションのノウハウを独自に体得。多くの企業にてトレーニングを行っている。



### 講師からのメッセージ

シェイカーと呼ばれる小さなリズム楽器を、リズムに合わせて集中して数分間振っているだけで、脳内のセロトニンが活性化すると言われています。セロトニンには精神を安定させる働きがあり、うつ症状や不眠、意欲低下の抑制などに効果があるといわれています。参加者が輪になって打楽器を即興で演奏するドラムサークルは医学的効果も実証されており、チームビルディングにも有効と言われています。今回の企画は、その楽しさと効果をご自宅から体感いただけるまたとない機会です。オンライン会議で行き詰まりを感じているみなさん、在宅生活のストレスを解消したいみなさん、是非ご参加ください。

※講座のご参加にあたって、事前に準備いただくものがありますが、（ご家庭にあるもので大丈夫なものとなります。）詳細は受講通知にて後日ご案内します。

※※各回独立した内容の講座ですが、本講座は昨年度2019年度、好評を博した「音楽とテクノロジーの関係」を探る公開講座を刷新した『脳が喜ぶ～音楽とテクノロジーの関係～』の第2回になります。

よって10月9日開催の「音楽と脳神経科学」ならびに10月23日開催の「魂の管楽器、開発・製造ストーリー」と併せて参加いただくと、より立体的に音楽とテクノロジーの関係を理解いただけます。

### 講座データ

会場	Zoomによるオンライン講座
日程	10月16日
曜日	金曜日
時間	18:30～20:00
回数	全1回
受講料	無料
定員	25名（先着）
申込締切	10月12日(月)

### お申し込み

この講座の募集は締め切りました。  
たくさんのご応募ありがとうございました。

次回のご応募をお待ちしております。