

みんなで創るワンデイカフェ

10月26日 日曜日

11時～15時

わおんカフェ

場所：相模原市緑区上九沢258

カナリヤの森（大沢幼稚園前）

【10月のイベント】



耳澄ましワークショップ

『やさしい自然の聴き方～入門編』

日時10月26日 10:00～12:00

(9時45分カナリヤの森集合)

場所：カナリヤの森/相模原北公園

定員：20名

(お子さまは小学3年生以上)

参加費：1,000円



音を聴くことの豊かさに触れる
ワークショップです。

町へ繰り出してパフォーマンスをしたり、
美術館で即興演奏をしたり、かと思えば、大学で先生をしていたり、
いろんな肩書きを持つ橋本さんならではの「音の聴き方」を
教えてもらいましょう～！

何が飛び出すか・・・は、当日のお楽しみ♪
新しい世界がひろがりますよ！

橋本さんからのメッセージ

普段は意識しないような視点で、周りの音を聴いて
みましょう。あなたの聴き方が変わると、世界
は音で満ちていて、なんだかワクワクしてきます
よ。まずは、やあらかい心とからだを準備して、
みんなで公園に出かけます。子どもから大人まで
耳を澄ましにいらっしやい！



講師：橋本知久

時間芸術家(作曲、振付、演出家)アトリエ・ラーノ代表。
2007年より渡欧。オランダで作曲とダンスを学び
2012年に帰国。アトリエ・ラーノを設立し、
国内各地で活動している。
作曲・振付・演出を統合する「時間芸術家」という
肩書を掲げて活動を展開。
愛知県立芸術大学非常勤講師。

- ※この講座はお申し込みが必要です
- ※雨天の場合は「カナリヤの森」屋内で開催
- ※屋外での活動が含まれますので、水など各自ご用意ください。
- ※芝生に座ったりできる服装でご越しください。

ジャワ舞踊公演&ワークショップ

日時10月26日 13:30～14:15

場所：カフェ&リンデンホール

参加費：無料(ワンオーダーお願いします)



ジャワ舞踊は、インドネシア、ジャワ島中部の古都ジョグジャカルタの宮廷に伝わる舞踊です。16世紀からその宮廷の中で育まれ、舞踊と音楽が様々な様式と共に伝えられています。伝統音楽に合わせてゆったりとした動きで舞う神秘的な踊り・・・。ジャワ島現地の舞踊団で活躍されていた大胡ねおみさんにジャワ舞踊の魅力を教えてくださいましょう。

簡単なレクチャーと体験もありますので、小さなお子さまからお楽しみいただけます♪

講師：大胡ねおみ

インドネシア、ジャワ島ジョグジャカルタに1999年から2004年まで滞在、現地の舞踊団に属し、古典舞踊を学ぶ。
その後、2004年から2011年9月までシンガポールに滞在し、シンガポールでジャワ舞踊の公演、指導にあたる。
帰国後2011年10月より相模原に在住。2012年4月より、相模原駅ビルカルチャーのジャワ舞踊講座を担当。
2013年10月にジョグジャカルタで行われた民族文化フェスティバルのオープニングとクロージングで踊る。

*イベントは毎月変わります。今後のイベント予定は裏面をご覧ください。

ここから

これから つながる

ひととひと

わおんカフェは月に一度、第4土曜日(10月は第4日曜日)に開催する、ワンデイカフェです。

障がいを持つ人と一緒に、彼らに寄り添いながら、また、彼らからいろんなことを教えてもらいながら、
カフェを運営しています。みんなで作るロコモコは最高!カナリヤの森のスペースを借りきって、
講座やコンサート、整体、小さなマルシェなど、月替わりのイベントも開催中!

どうぞお気軽に遊びにいらしてくださいね。

※わおんカフェは地域活性化事業交付金により HARMONICS が企画運営しています。

主催 HARMONICS
お申込み・お問い合わせ

Tel: 042-762-4303(カナリヤの森)

Mail: info@waon-cafe.com

Blog: <http://waoncafe.exblog.jp>



みんなで作る

大豆ミートロコモコ！ 包丁が使える人はトマトを切る。包丁を持たなかったらレタスをちぎる。

卵を割ったり、ハンバーグの種を型に入れて量ったり、焼いたり、盛りつけたり・・・ロコモコにはいろいろな要素があるから、みんなで作るのにピッタリ。食べる時はハンバーグも、目玉焼きも、ご飯も、レタスも、トマトも、み～んな混ぜて、それが美味しい。それはいろいろな個性が集まる、まるでわおんカフェのよう！
みんなで出来ることを分担して、美味しいロコモコを作ります！



わおんカフェで遊ぼう！

わおんカフェは誰でも参加できます。

障がいを持つ人も、そうでない人も、ワクワクと楽しそう・・・と

感じたらぜひご参加ください！

わおんカフェの遊び方いろいろ

その1。カフェスタッフとして参加する

障がいのある人も、ない人も、中学生以上ならだれでも参加できます。掃除やオープン準備、仕込みなど、それぞれに合った仕事をします。障がいのある方を真ん中に、その特性によりそいながらカフェは運営されています。

リアルな仕事体験だからこそさまざまなことを感じ、充実感に繋がっていきます。参加費 ¥ 1000/回

その2。イベントに参加する

午前中はボディワークや少人数のワークショップなど、午後はコンサートや体験教室など、誰でも参加できるワークショップを企画しています。みんなで楽しめるもの、障がいを持つ方が、安心して参加できるもの、介護者やお母さん、お父さんのための講座など、切り口もいろいろと計画中です。

参加費は講座によって ¥ 1000～

その3。マルシェに出店する

個人でも、団体でも、愛情込めて作られたものだったら何でも OK の小さなマルシェ。福祉事業所の焼き菓子や、自然栽培野菜、小さなお店のこだわりの一品、手作り雑貨やウエアなどなど、出店者もさまざまです。あなたも自慢の品をぜひお披露目してください。(飲食は保健所の許可を取っている方に限ります) 出店料無料

その4。カフェでくつろぐ、イベントで和む、マルシェで楽しむ

お客さまとして、いらしていただくのも、わおんカフェの参加の仕方のひとつです。

いらして下さった方が、ゆったりとくつろいで、楽しんでいただけるよう、みんなで頑張ります！！



11月のわおんカフェは22日(土)になります！

11月のイベント情報

● 願いを叶える 点描曼荼羅画体験講座

色ペンを使って点描で描く曼荼羅画。いつの間にか夢中になり、心の静けさに出会います。

日時：11月22日10時30分～11時30分 場所：Bルーム 定員：10名 参加費：¥1000(10歳以上) 講師：都留真希

● 能楽～謡と舞の体験～

身体の内側に声を響かせてみましょう。ゆっくり舞いながら自分の身体と対話してみましょう。

どなたでも気軽にご参加頂けます。日時：11月22日 13時30分～14時30分 場所：リンデンホール&カフェ

講師：柏崎真由子(シテ方今春流能楽師)

入場無料(ワンオーダーをお願いします)