

ここKaraウェル講座

「energy(エナジー)～笑う筋肉」

2026年 10月17日 **土**
14:00～16:00 (受付13:30～)

東京都立永福学園
杉並区永福1丁目7-28



福ちゃん 平田敦士 ユキオ

講師:NPO法人NAKAMURAメゾット体育演劇

「energy(エナジー)～笑う筋肉」とは？ (作・演出・振付:中村龍史)

ノンバーバル(セリフ無し)で、筋肉が音を奏で、笑いを誘う、肉体を駆使したエンターテインメント。身体能力と想像力と忍耐力から生まれた新しい舞台のジャンル。国内の老若男女は勿論、言葉の壁を越え、海外にも進出した日本人初のオリジナルスポーツミュージカルです。

対象 ●障害のある方(小学生以上)
●本講座に興味のある方(小学生以上)
※18歳未満の方、医療的ケアやトイレ等で介助が必要な方は、保護者や介助者等と一緒にご参加ください。

定員 30名(事前申込制、先着順)

参加費 無料

持ち物 動きやすい服装・室内用シューズ・飲み物

参加問い合わせ先

- 参加登録は、申込フォームからお申込みください(申込期日:開催1週間前まで)
<https://forms.gle/Eb5NGio2LEdy4egs6>
- 申込フォームからのご記入が難しい場合には、メールにてお問合せください。
- ボランティアをご希望の場合は、裏面に記載のあるフォームから、お申込ください。

問い合わせ先:一般社団法人こみゅステージ

メール:admin@cmuspo-lab.com 電話:070-4816-4232 (緊急時以外はメールでお願いします)



申込フォーム

ここKaraウェル講座とは？

CMU Groups が提供する「こころ(感情)」と「KARADA(からだ)」を動かすような居場所(講座)を通じて、「ウェルビーイング(Well-being)」を実現するために、個々に応じた「人生を豊かにするため」の学びの支援を行う生涯学習の講座です。

本講座の特徴



「energy」で『笑い』と『明日への活力』を！！

中村龍史（作・演出・振付）によって、2001年に産声をあげた「マッスル（筋肉）ミュージカル」は、アスリートを表現者に変えた、ノンバーバル（セリフ無し）で、筋肉が音を奏でる、肉体を駆使したエンターテインメント。今回の講座では、舞台の幕間に行われているenergy健康リズム体操を参加者で行うなど、出演者と一緒に体で表現しながら、楽しんで頂く講座です！皆が一体となり、観たことのない「光景」、聞いたことのない「音」、感じたことのない「躍動感」、心をくすぐる「ユーモア」な作品を創りましょう。（中村龍史&NPO法人NAKAMURAメゾット体育演劇）



CMU Groups（こみゅグループ）とは？

CMU Groupsは、障害のある人々の社会参加を促進するために、理学療法士等の専門職が障害特性に合わせスポーツ教室の開催や障害理解の研修を行う「一般社団法人こみゅステージ」、当事者が主体となり障害者のニーズに合わせたサービスや生活支援事業を展開する「一般社団法人こみゅと小平」、そして、障害者の在宅就労支援事業を行う「株式会社CMU Holdings」の3つの団体が力を合わせ、誰もが自分らしく生きるためのライフデザインが実現できる共創社会の構築を目指しています。

「ここKaraウェル講座」の今年度の日程は、下記でご確認ください。講座の参加のみならず、ボランティア参加やサポート・支援方法を学びたい人向けにもスキルアップの講座も開催予定です！



ホームページ



facebook



ボランティア
参加受付申込用フォーム