



私と演劇練習館

「エアロビクスの魅力を伝えるために」

私は、現在フィットネスクラブでエアロビクスインストラクターとして活動しています。数年前、たまたま入会したフィットネスクラブでエアロビクスと出会った時の感動は、今でも鮮明に覚えています。

“高揚感のある音楽” “インストラクターの掛け声” “一緒にその空間を楽しんでくれる参加者” など、楽しめる要素がたくさん詰まっており、一人で黙々とトレーニングを続けられるタイプではありませんが、そんな私でも自然と楽しく体を動かすことができました。

エアロビクスは私の生活に彩りを与えてくれる、いつの間にかそんな存在になっていきました。そして、こんなワクワクを与えられる仕事をしたいという気持ちが少しずつ芽生え、1年前、インストラクターになることを決意しました。

フィットネスクラブでインストラクターとして活動するためには、オーディションを受ける必要があります、その練習のためにアクテノンを活用していました。

アクテノンには、1人で使用できる小さい練習室があり、また、各練習室に鏡や音響機材が設置されているため、実際の現場を意識した練習ができるところが魅力的で、オーディション後も、練習やスキルアップのために活用しています。

現在エアロビクスの競技人口が減りつつあり、年齢層も少しずつ高くなってきています。私は、老若男女問わず幅広い世代に、エアロビクスの楽しさをお伝えできるように、これからも活動していきたいと考えております！



藤城 舞衣  
エアロビクス  
インストラクター



実際の曲を流しながら振り付けの確認中（演劇練習館にて）

## NEWS

### 初日受付に関する 抽選時間変更のお知らせ

日頃より演劇練習館をご利用いただき、誠にありがとうございます。当館では毎月第一営業日に対象月の予約を取るための抽選会を行っておりますが、4月開催分より開始時間を下記の通り変更いたします。抽選会にご参加の方はお時間をお間違いないよう、お越しく下さい。

抽選  
時間

令和8年4月1日より

午前 **10時00分** 開始

※会場には9時30分から、お入りいただけます。

### 【抽選会ご参加にあたって】

- 1団体ごとに抽選参加者を1名とし、抽選参加票をご提出ください。
- 1つの団体が名前を変えて、複数の団体として抽選に参加することはお断りいたします。
- この抽選では、1名で2団体以上の抽選参加および申し込みは出来ません。
- 受付対象月は以下の通りです。お間違のないよう、ご注意ください。なお、連続2日以上の際は、その最初の日の属する月が対象月となります。

### 4月開催分の対象月

演劇	舞踊・音楽	その他
10月	7月	5月

初日受付に関してご不明な点がございましたら、当館までお電話ください。

名古屋市中村区稲葉地町 1-47 TEL 052-413-6631

【地下鉄東山線】 FAX 052-413-6632

「中村公園」下車2番出口を西へ徒歩10分、

「稲葉地公園北」交差点を南へ徒歩2分



# 演劇情報

# 4月

★印は能

公演名	開催日	開演	問い合わせ先	会場
朗読劇 証言者	8(水)	15:30 18:30	テアトルアカデミー名古屋	瑞穂文化小劇場
シャチキスvol. 3 【ソラを守る街】	10(金)	19:00	少年社中	メニコンシアターAoi
	11(土)	13:00 17:30		
	12(日)	14:00		
兔座公演 脳天ハイマー	16(木) 17(金)	19:00	GOODEARTH	愛知県芸術劇場小ホール
	18(土)	14:00 18:00		
	19(日)	12:00 16:00		
★青陽会研究会 「花月」「地蔵舞」「百萬」ほか	19(日)	12:30	久田事務所	名古屋能楽堂
桜曼荼羅	25(土)	14:00 17:00	080-5159-8433 (渡会)	法龍寺会館 (瑞穂区)
	26(日)	13:00 16:00		
新年度歓喜公演 ※短編オムニバス公演	25(土)	15:00 19:00	ハコトバコ	名古屋市青少年交流プラザ ユースクエア プレイルーム
	26(日)	13:00 16:00		

# 演劇情報

# 5月

ビバ☆オッディバディ	5(火祝)	18:30	もう大人だもん。	愛知県芸術劇場小ホール
------------	-------	-------	----------	-------------

公演の詳細、公演時間等の確認につきましては、各主催者にお問い合わせください。  
公演情報を掲載希望の方は、演劇練習館までご連絡ください。(掲載締切は前月10日まで、但し次月の1日～7日開催については前々月10日まで)