

参加無料

定員 10 名  
応募多数の場合は  
抽選



だれでも  
ピアノ

あなたのウェルビーイングを  
音楽で高めよう

シニアのための  
**だれでもピアノ®**  
レッスンカフェ



右手の1本指でメロディを奏でると、左手のハーモニーとペダルが自動演奏され、  
**誰もがピアニストのように華麗な演奏ができる魔法のようなピアノ**、それが「だれでもピアノ®」です。

このピアノを活用したレッスンに参加しませんか。

お茶やおしゃべりを楽しみながらリラックスした雰囲気で行うグループレッスンです。

レッスンは、ひとりひとりのレベルに合わせて行います。5回のレッスン修了後には成果発表会も。

**ピアノを弾いたことのない方も大歓迎**。仲間とともに、音楽を奏でる楽しみを味わってみませんか？

日時 2023年11月9日(木)16日(木)24日(金)  
12月7日(木)14日(木)

※12月24日(日)13:00~14:00に横浜市役所アトリウムで成果発表会を行います。

会場 横浜みなとみらいホール 6階事務室 (横浜市西区みなとみらい2-3-6)

講師 新井鷗子(横浜みなとみらいホール 館長)、西本梨江(ピアニスト)

参加費 無料

募集人数 10名(Aグループ10:00~11:30/Bグループ13:00~14:30 各グループ5名)

※11月9日(木)初回オリエンテーションとレッスンは、2グループ合同で10:00~13:00に実施

参加条件 65歳以上の方。ピアノ経験のない方、初心者の方。

5回のレッスンと、成果発表会のすべてにご参加いただける方。

期間を通じスマートウォッチを着用できる方(お貸しします)。スマートフォンをご持参ください。

応募方法 裏面の申込用紙に必要事項をご記入の上、メールかファックスでお申込みください。

FAX: 045-682-2023 / E-mail: mmh@yaf.or.jp

横浜みなとみらいホール「だれでもピアノ®レッスンカフェ」担当行  
申込締切: 2023年10月24日(火)

## だれでもピアノ®レッスンカフェ申込書

全5回のレッスンを通して、参加者みなで音楽を楽しみながら「だれでもピアノ®」を演奏するプログラムです。参加された方には、東海国立大学機構 健康医療ライフデザイン統合研究教育拠点(C-REX)と連携した研究プロジェクトにご協力いただきます。

**[参加特典]** 参加期間中はスマートウォッチ (Fitbit sense2) を無償貸出いたします。  
2023年12月22日(金)開催の「クリスマス・パイプオルガン・コンサート」にご招待!

ふりがな		性別
お名前		<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 無回答
住所	〒 —	生年月日
		(西暦) 年 月 日 ( 歳)
電話	—	—
ファックス	—	—
Eメール		@
ピアノ経験	<input type="checkbox"/> ない・初心者 <input type="checkbox"/> 経験者	※このレッスンは <b>未経験・初心者</b> が対象です。
スマートフォン有無	<input type="checkbox"/> 持っている <input type="checkbox"/> 持っていない	※このレッスンは <b>スマートフォン</b> をお持ちの方が対象です。

### <個人情報取り扱いに関する注意事項>

横浜みなとみらいホール「だれでもピアノ®レッスンカフェ」は、皆様の“こころ”と“からだ”が共に健康になるための取り組みです。“こころ”の健康では、LINEでの定期的なアンケートへの回答、“からだ”の健康ではスマートウォッチ(Fitbit Sense 2)を用いた生体反応の記録(心拍、エクササイズ情報、心拍変動、睡眠情報(呼吸数、血中酸素ウェルネス、体温)を併せてお願いしております。記録された情報は、医療法人五一六五 ナゴヤガーデンクリニックが管理・評価を行います。また、将来、横浜みなとみらいホールと東海国立大学機構 C-REX が行う、高齢者のウェルビーイング向上に関する研究に活用しますが、その際は改めて研究への参加同意を確認いたします。それ以外で収集した個人情報は一切使用いたしません。また、「だれでもピアノ®レッスンカフェ」への参加は、いつでも中断することができます。

上記説明を理解しました。

将来の研究に参加します。

年 月 日 お名前 \_\_\_\_\_

横浜みなとみらいホール(公益財団法人横浜市芸術文化振興財団)

〒220-0012 神奈川県横浜市西区みなとみらい 2-3-6 <https://yokohama-minatomiraihall.jp>

お問合せ: 045-682-2020(「だれでもピアノ®レッスンカフェ」担当 10:00~18:00 休館日・保守点検日をのぞく)