

## 自主企画のご案内

乗船者が主催者となり、好きなことを企画としておこなうことができる「自主企画」。歌や踊りで一緒に体を動かしたり、物作りや集まってお話ししたりと、自分の趣味や特技を活かしたピースボートクルーズならではのユニークな催しです。

# PEACE BOAT

ピースボート地球一周の船旅  
2024年4月 Voyage117

## 催しもののご案内

- 洋上カルチャースクール・水先案内人・船内イベント・自主企画 -



### 申請から当日までの流れ



#### 1. 出航前

事前に相談したいという方は、別紙の「自主企画相談用紙」をご提出ください。担当者からご連絡します。また、企画に必要なものは、出航前にあらかじめ準備しておくことをおすすめします。

#### 2. 企画の申請

クルーズ中におこなわれる「自主企画申請ひろば」で、場所・時間などを決めて、企画を申請してください。

#### 3. 備品の相談

音響機材（マイク、ラジカセなど）を使用する時や備品が必要な時は、「自主企画申請ひろば」で事前に担当者へご相談ください。当日、スムーズに企画を実施できるようにお手伝いします。

#### 4. 当日

申請した自主企画は、企画当日の船内新聞でお知らせします。船内でも、担当者にご相談を承ります。企画の立ち上げや場所、準備など、気軽にご相談ください！



## 洋上カルチャースクール

今クルーズで開講予定の洋上カルチャースクールについてお知らせします。参加希望の方は、出航後におこなわれるオリエンテーション(説明会)にご参加ください。開催日時は、船内で配布される船内新聞にてご確認ください。ヨガマット、ノルディックウォーキング用ポール、水彩画道具は船内ショップでもお買い求めいただけます。

### 社交ダンス

ジルバやブルースなどから習う、初めての方でも気軽に参加できる教室です。少しずつ楽しみながら上達を目指し、ダンスパーティーや発表会で成果を披露してみませんか?

#### 〈持ち物〉

履物:ダンスシューズまたは革靴がおすすめです。安全面やマナーとしてサンダル、草履は不可。スニーカーやヒールの細い履物もお勧めできません。

服装:動きやすい服装。半ズボン、タイトスカートや袖のない服は不可。男性は襟のついた長袖シャツやネクタイ、ベストがあるとパーティーの際重宝します。



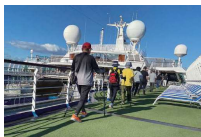
### ノルディックウォーキング

2本のポールを使った歩行運動です。脚力、体力に自信のない方にもおすすめです。

#### 〈持ち物〉

ノルディックウォーキング用ポール(ゴム付き)  
※防音の為、予めポールの先端部分が「ゴム」になっているかご確認ください。先端部分がプラスチックなどの場合はゴムに変更してご持参ください。

※「ポール先端ゴム」は紛失しやすいので予備をご用意されることを推奨します。



### 水彩画教室

旅先の風景などを楽しみながら描きましょう。経験の有無にかかわらずどなたでもご参加いただけます。

#### 〈持ち物〉

水彩用紙F2~F4等(水彩画は水を多く使うので、厚めの水彩紙を使うのがお勧めです)、鉛筆(3B程度)、水彩筆(太・中・細)、絵の具(18色セット)、パレット、画板や折り畳み椅子(外でのスケッチ用にと便利です)、その他(練り消しゴム、筆拭き用ウエス、筆洗容器、雑巾、水入れ ※ペットボトル等でも可)。

※船内でも購入可能ですが、使い慣れたものがある方はそちらをお持ちください。

※教室内では教材費をいただく場合がございます。



### ヨガ・ストレッチ

体の調整や呼吸法で心身のバランスを整えます。血行がよくなることで代謝もアップ!

#### 〈持ち物〉

ヨガマット(大きなバスタオルでも代用可能)  
※船内に備え付けのタオルは持ち出し不可



### クルーズディレクターのご紹介



**鈴木隆之**  
SUZUKI Takayuki  
東京都目黒区出身  
趣味:サルサと国家資格受験(これまでに9つの資格を取得しました!)

地球12周、30回以上のピースボートクルーズに乗船してきました。今回の旅のハイライトはノルウェーとアラスカでのフィヨルド遊覧です。数々の世界遺産と個性的な街並みも見逃しません。今クルーズには10以上の国と地域からお客さまが乗船されます。寄港地だけでなく、船内での出会いや国際交流も楽しみにしていただければ幸いです。

## 水先案内人

お名前  
肩書  
企画例

講座やパフォーマンスなどで、旅をより有意義なものへと導いてくれる「水先案内人(通称:水案<sup>みずあん</sup>)」。今クルーズに乗船する水案の方々を、一部ご紹介いたします!



### 檀怀宇 TAN Huaiyu

文化研究者、世界遺産講師  
・魅惑のエジプト世界遺産  
・パシフィックワールド号アート探訪



### Dragon76

壁画アーティスト、ペインター  
・洋上ライブペインティング  
・ステンシルアートを体験しよう!



### 高橋和夫 TAKAHASHI Kazuo

国際政治学者、放送大学名誉教授  
・そうだったのかパレスチナとイスラエル  
・メディアと国際政治



### 陳惠姿 Justina CHEN

台湾・輔仁大学看護学科准教授、介護士  
・第二の人生を楽しむためには  
・介護を通して見つけた幸せ



### 鏡麻樹 ASAKI Abumi

北欧ジャーナリスト、写真家  
・北欧の幸せな社会のつくり方  
・好きなことを続けるために語学を学ぶ



### アンナ・マリー・セウェル Anna Marie SEWELL

作家  
・カナダの先住民族世界をたずねて  
・先住民族のお守り「ドリームキャッチャー」をつくらう

## 船内イベントのご案内

クルーズ中におこなうイベントの一部をご紹介します!  
詳しい日程、イベント内容などは、船内で配布される船内新聞でご確認ください。

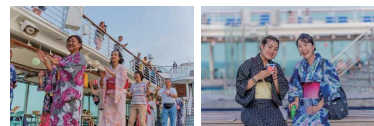
### クラージングパーティー

月に一度、思い思いのおしゃれをして華やかなひとときをお楽しみください。



### 夏祭り

盆踊りや各種パフォーマンスなど、にぎやかで楽しい時間をお過ごしいただけます。お気に入りの浴衣や甚平などぜひお持ちください。



### 日本文化紹介

さまざまな国と地域から乗船される方に向けて、着付けや折り紙、書道体験の企画をおこないます。



### 洋上大運動会

お誕生日月ごとに色分けをします!  
みなさんで一緒につくりあげて、素敵な思い出にしましょう。

赤団 2月・3月・5月  
緑団 4月・6月・8月  
青団 7月・9月・10月  
黄団 1月・11月・12月

SHOPにて  
カラーグッズを  
販売します!