

## 自主企画

乗船者が主催者となり、自分の好きなことを企画できる「自主企画」。  
歌や踊りで一緒に体を動かしたり、物作りや交流を楽しんだり、自分の趣味や特技を活かせる  
ピースボートクルーズならではのユニークな催しです。



### 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「自主企画事前相談について」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、スピーカーなど）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！



# PEACE BOAT

ピースボート地球一周の船旅  
2026年4月 Voyage123

## 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 -



## 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説明会・体験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でご確認ください。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

主に未経験者を対象とした基本のレッスンです。クルーズが終わるころには洋上ダンスパーティーで華やかなダンスを披露してみませんか？

#### 〈持ち物〉

- ・ダンスシューズ  
ティーチャーズシューズが履きやすく、おすすめです。

※注意事項：スリッパやサンダル、クロックス、運動靴での参加はご遠慮ください。

#### 〈シューズの販売について〉

船内ショップでも販売予定ですが、取扱サイズと数に限りがあるため、ご出発前にご自身でのご準備をお願いします。



#### 〈服装について〉

男性はマナーとして半袖ではなく襟付き長袖シャツがベターです。ベスト、ネクタイがあるとパーティー等で便利です。

### サルサダンス

音楽に合わせて体を動かす健康サルサとベアダンスサルサをおこないます。

#### 〈持ち物〉

- ・特に無し。動きやすい服装でご参加ください。



### 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。

#### 〈持ち物〉

- ・ノルディックウォーキング用ポール(ゴム付き)

※防音のため先端が「ゴム」製のポールを使用するか、先端をゴム製に変更してご持参ください。

※船内のショップでは、「LEKI」のノルディックウォーキング用ポールを扱っています。



### 水彩画教室

旅先の風景や旅行の思い出を、絵葉書や作品に残してみませんか？ 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〉

- 【1】水彩紙  
ブロック・スケッチブックタイプどちらでも可。紙のサイズは初心者はハガキ～F2、経験者はF4～F6を推奨。水をたっぷり使う為、水彩画専用の紙必須。
- 【2】絵具  
透明水彩絵具(ホルベイン18色セットなど)。
- 【3】水彩筆  
丸筆(中、太)、面相筆や平筆もあれば便利です。
- 【4】その他  
鉛筆(HB～4B)、筆洗、パレット、マスキングテープ、練りゴム、筆拭き用のタオル。耐水性ドローイングペン(0.5ミリ)、絵皿(大きな作品の場合)などがあると便利です。

※使い慣れたものがある方は、そちらをお持ちください。  
※船内のショップでは、「ホルベイン」の画材を扱っています。  
※教室内では教材費をいただく場合があります。



### ヨガ・ストレッチ

ストレッチ中心の優しい動きで、初めての方も安心してご参加いただけます。ゆったりとした呼吸を合わせ、観光や船内生活による体のコリや足のむくみ、血行不良を予防しましょう。寄港地を最高のコンディションで楽しむための「心身の調整タイム」に、ぜひお越しください。

#### 〈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)



## 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:水案内人)」。今クルーズに乗船する水案内人の方々を、一部ご紹介します！



### 張克明 ZHANG Keming

- ドキュメンタリー映画監督
- ・ドキュメンタリー監督張克明さんの軌跡
  - ・世界里山紀行 中国雲南 竹と共に生きる



### 片岡英夫 KATAOKA Hideo

- 一般社団法人「世界遺産協会」常任理事
- ・夢とロマンの世界遺産講座



### イ・ヒャンジン LEE Hyangjin

- 立教大学異文化コミュニケーション学部教授、ベルリン自由大学グローバル教員
- ・映画とドラマから読み解く韓国文化
  - ・韓国カルチャーが世界に与えた影響



### 品川夏乃 SHINAGAWA Natsuno

- 紛争地域における環境問題の専門家
- ・アフリカ人道支援の現場から見る世界
  - ・国際援助に頼らないアフリカを目指して



### Casa Hogar Los Angelitos A.C 民族舞踊団

- ダンスグループ
- ・メキシコ伝統舞踊パフォーマンス



### スージー・スナイダー Susi SNYDER

- 核兵器廃絶国際キャンペーン(ICAN) プログラム・コーディネーター
- ・核兵器:禁止から廃絶へ
  - ・核兵器の問題を「自分事」にする

## 船内イベント

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。

### クル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。



### mascaradeパーティー

仮面をつけて楽しむ mascaradeパーティーを船内で開催します。オリジナルのマスクづくり体験も！



### 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。



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

ショップにてカラーグッズを販売します！