

## 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8月 Voyage118

## 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

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や発表会で華やかなダンスを披露してみませんか?

#### 〈持ち物〉

社交ダンス用シューズ(ラテン、スタンダード兼用)をお勧めします。お持ちでない方は靴底が革仕様など、フロアで適度に滑る靴が踊りやすいでしょう。スリッパやサンダル等での参加はご遠慮ください。

#### 〈服装について〉

カップルダンスの場合、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、革靴等があるとパーティなどで便利です。



### 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



### 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。



### 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〉

##### (1) 水彩紙

##### 【水彩紙を選ぶ時のポイント】

①透明水彩は水をたっぷり使うので、「水彩画専用の水彩紙」を推奨します

※ケント紙など表面がツルツルした素材は描きにくいです。

②スケッチブックタイプやブロックタイプ等どちらでもOKです

③大きさはF6サイズがお勧めです

##### (2) 絵具: 透明水彩絵具12~18色セット

(3) 水彩筆: 太・中・細(水彩専用の馬の毛を使用しているもの等がお勧めです)

(4) その他: 筆洗、パレット(26仕切り等)、鉛筆(BとHB)、練りゴム、ティッシュ、筆拭き布

※船内のショップでは「ホルベイン」の画材を扱っております。

※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。



### 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)」。今クルーズに乗船する水案の方を、一部ご紹介いたします!



### 伊東昌市 ITOH Shoichi

元国立天文台研究员

- ・オーロラの魅力と不思議
- ・星空観望会



### 岡真理 OKA Mari

アラブ研究家、早稲田大学文学学術院教授

- ・現代アラブ文学とパレスチナ問題入門
- ・ガザとは何か〜見過ごされてきた問題の本質〜



### 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



### 朱明 ZHU Ming

華東師範大学歴史学部教授

- ・都市の歴史と大航海時代



### ティンティン Ting Ting

中国琵琶演奏家、音楽人類学者

- ・中国琵琶コンサート
- ・東西をつないだ海のシルクロード



### ミリツァ・フラコ Militza FLACO

エンペラ族の伝統舞踊リーダー

- ・パナマ先住民の世界〜エンペラ族の文化〜

## 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。



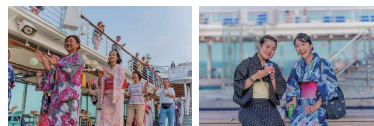
### ハロウィンイベント

洋上でハロウィンパーティーを開催! 仮装グッズや衣装をお持ちいただくと、よりハロウィンの雰囲気をお楽しみいただけます。



### 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!  
みなさんと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・6月・8月  |
| 緑団 | 1月・9月・10月 |
| 青団 | 4月・5月・11月 |
| 黄団 | 3月・7月・12月 |

SHOPにて  
カラーグッズを  
販売します!