



オンラインでもアンケートのご回答が可能です。  
左記QRコードよりご利用ください。

TOKYO BUNKA KAIKAN

# Relaxed Performance

リラックス・パフォーマンス  
せだい しょうがい たの せだい しょうがい たの  
世代、障害をこえて楽しめるコンサート

オーケストラ  
味の森  
音楽の森



TOKYO SOCIAL DESIGN with TAKUYA SASAKI  
一人ひとりの力を活かしたソーシャルファームの中で協働している  
佐々木卓也さんと一緒にチラシ、ポスター、プログラムを製作しました。

## 東京文化会館の取り組み ~あらゆる人が音楽で交流できる社会をめざして

東京文化会館ではアートによる多元共生社会の実現に向けて、アートが持つ「創造性」「協調性」「参加性」を活かし、社会的課題に向き合いながら、人々の生活の質(QOL)の向上や共生社会実現につながる様々な取り組みを行っています。年齢や障害、社会的ハンディキャップのあるなしにかかわらず、あらゆる人々が音楽鑑賞や音楽創造体験に参加できる機会の提供や、多くの人々が新たな文化創造に主体的に関わることができる環境の整備に向けた取り組みを大切にしています。



## Music Program TOKYO

世界的な芸術文化都市東京として、音楽文化の活性化を目指し、「創造性」と「参加性」を柱とした多様な事業を年間を通して一体的に展開する音楽プログラムです。クラシック音楽を基軸にしつつ、様々な分野のアーティストや文化施設等と連携して多彩な公演を実施する《Enjoy Concerts!》、海外の芸術機関や国内外の教育・社会福祉機関等と連携した《Workshop Workshop!》、そのほかの教育普及プログラムを《Music Education Program》として開催することで、東京の音楽文化に刺激を与え、世界に向け発信していきます。

(令和5年)  
2023.11.26 日 14:00-15:00 休憩なし  
とうきょうぶんかかいかん だい  
東京文化会館 大ホール



主催：東京都／公益財団法人東京都歴史文化財団 東京文化会館 特別協力：パイオニア株式会社  
※本事業は、クリエイティブ・ウェルビーイング・トーキョーの一環で実施しています。

# 東京文化会館リラックス・パフォーマンスへようこそ!

リラックス・パフォーマンスの「リラックス relaxed」は“寛容な”という意味。  
少し音をたてても、身体が動いても、大丈夫。  
発達障害や自閉症などでホールでの音楽鑑賞に不安がある方も、耳の聞こえない方や聞こえにくい方も、一緒に音楽を楽しめるように、様々な工夫をしています。

たとえば…



客席の照明を完全に暗くしません。



手話通訳があります。



上演中に休憩が必要になった場合は、客席の外に出て休憩できます。途中で席に戻ることもできます。



席に戻りづらい場合や、一時的に席を移動したい場合等にお座りいただけるフリーエリアがあります。



音を振動で伝える体感音響システムやヒアリンググループ、字幕タブレットの貸し出しがあります。



ホールの中では食べたり飲んだりできません。



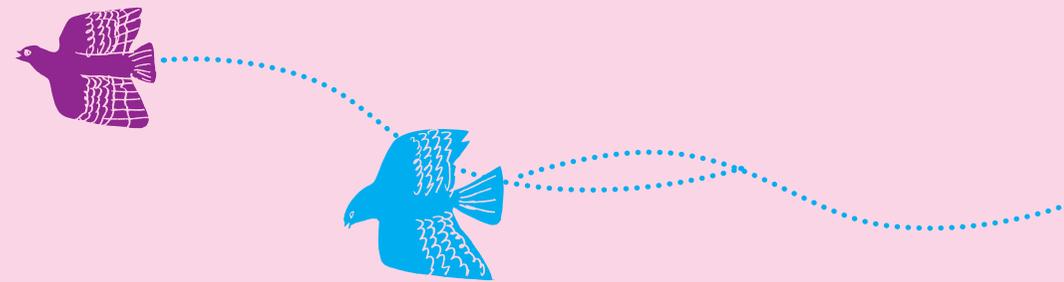
携帯電話やアラーム付き腕時計などは電源を切りましょう。



公演の写真撮影、録音、録画はできません。

お客様へのお願い

- 館内では咳エチケットや手指消毒・手洗いの励行を推奨します。
- 館内でブラボー等の大声を出される場合はマスクを着用するなど、周囲のお客様へのご配慮をお願いします。
- エントランス、ホワイエ、通路、トイレなどでは周囲の方との距離を空けるなど、密集回避を推奨します。
- 音楽が気に入ったら、演奏が終わったときに大きな拍手をお願いします!



## プログラム Program

ロンビ：コペンハーゲン蒸気機関車のギャロップ

J.シュトラウス2世：ポルカ「クラップフェンの森で」

スメタナ：連作交響詩『わが祖国』より 第2曲「モルダウ」

エルガー：『子供の魔法の杖』組曲第2番より

第3曲「蛾と蝶」、第5曲「飼いならされた熊」  
第6曲「野生の熊たち」

ロッシーニ：オペラ『セビリアの理髪師』より 嵐の音楽

アンダーソン：そりすべり

チャイコフスキー：バレエ『くるみ割り人形』より「花のワルツ」

LUMBYE: Kjöbenhavns Jernbane-Damp-Galop  
J.STRAUSS II: Im Krapfenwald'l (Polka française)  
SMETANA: "Vltava" from Má Vlast  
ELGAR: from The Wand of Youth Suite No.2  
3. "Moths and Butterflies;" 5. "The Tame Bear," 6. "The Wild Bears"  
ROSSINI: Thunderstorm from Il barbiere di Siviglia  
ANDERSON: Sleigh Ride  
TCHAIKOVSKY: "Waltz of the Flowers" from The Nutcracker

## 出演 Performers

指揮：角田鋼亮

管弦楽：東京フィルハーモニー交響楽団

ナビゲーター：古橋果林(東京文化会館ワークショップ・リーダー)

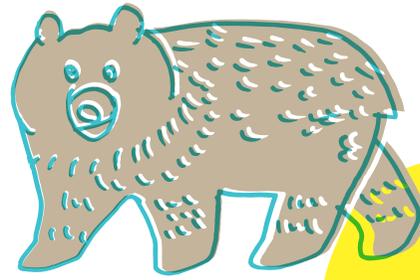
Conductor: TSUNODA Kosuke  
Orchestra: Tokyo Philharmonic Orchestra  
MC: FURUHASHI Karin (Tokyo Bunka Kaikan Workshop Leader)

ろうナビゲーター：河合祐三子、Sasa/Marie

DEAF/Sign Navigators: KAWAI Yumiko, Sasa/Marie

ぎよくもくかいせつ  
**曲目解説**  
 Program notes

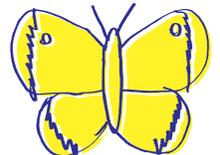
いいたありさ おんかく  
 飯田有抄(クラシック音楽ファシリテーター)



4

エルガー：『子供の魔法の杖』組曲第2番より  
 第3曲「蛾と蝶」、第5曲「飼いならされた熊」、第6曲「野生の熊たち」

こどもじだい おも で おとな こころ のこ  
 子供時代のステキな思い出は、大人になってからも心に残るもので  
 す。イギリスの作曲家エルガーは7人の兄弟姉妹の4番目の子として  
 育ちました。10歳くらいの頃、子供たちで劇をやることになり、エル  
 ガーは音楽を担当しました。それから40年の時を経て、彼はその少  
 年時代の音楽をベースに、魅力的なオーケストラ用組曲を仕上げま  
 した。今日はその第2組曲から3曲が演奏されます。



1

ロンビ：コペンハーゲン蒸気機関車のギャロップ

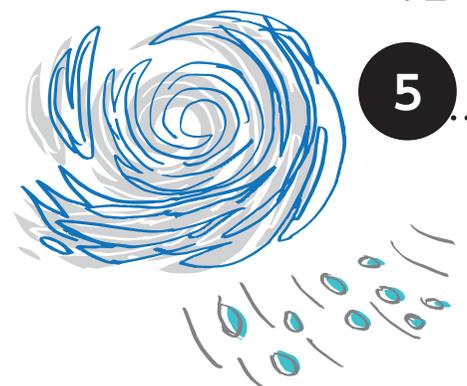
いま ねんちか まえ きたくに しゆと にし  
 今から180年近くも前、ヨーロッパの北国デンマークに、首都コペンハーゲンから西へと  
 の てつどう かいつう いわ さつきよか きよく つく  
 伸びる鉄道が開通しました。そのお祝いに、デンマークの作曲家ロンビがこの曲を作り  
 ました。ギャロップとは弾むような舞曲のこと。ゆっくりと機関車が動き出し、元気に走る  
 ようす つた もくてきちとうちやく おんがくりよこう たの  
 様子をオーケストラが伝えます。目的地到着までの音楽旅行を楽しみましょう。



2

J.シュトラウス2世：ポルカ「クラップフェンの森で」

おんがく みやこ こたか おか  
 オーストリアの音楽の都ウィーンにはクラップフェンという小高い丘が  
 みどりゆた もり ひろ ひとびと す いこ  
 あり、緑豊かな森が広がっています。人々がのんびりと過ごす憩いの  
 もり な だいにんき さつきよか せい  
 森の名を、ウィーンで大人気の作曲家シュトラウス2世は、ポルカのタイ  
 トルに付けました。ポルカとは2拍子の舞曲のことです。カッコウや小鳥  
 たちの朗らかな鳴き声も、音楽の一部となって聞こえてきます。



6

アンダーソン：そりすべり

ふ ゆき なか けいかい はし ようす あらわ きよく さつきよか  
 降りしきる雪の中をソリが軽快に走る様子を表したこの曲は、アメリカの作曲家  
 アンダーソンによって作曲されました。ワクワクするようなメロディとともに、馬を  
 ムチで駆り立てる音も響きます。終わりににはトランペットで馬のいななきも表現  
 されたユニークなオーケストラ曲です。

7

チャイコフスキー：バレエ『くるみ割り人形』より「花のワルツ」

わ にんぎょう さつきよか つく  
 『くるみ割り人形』は、ロシアの作曲家チャイコフスキーが作った  
 はくちよう みずうみ ねむ もり びじょ なら だいい おんがく ひと  
 『白鳥の湖』『眠れる森の美女』と並ぶ“3大バレエ音楽”の一  
 つです。バレエの内容は、クリスマス・イヴの夜、少女クララと、彼女  
 にプレゼントされたくるみ割り人形が、お菓子の国で妖精たちと  
 たの す ものがたり はな こんべいとう せい じゅうしや  
 楽しく過ごす物語。「花のワルツ」は、金平糖の精の従者たちが  
 かれん おど はな おんがく  
 可憐に踊る華やかなシーンの音楽です。

3

スメタナ：連作交響詩『わが祖国』より 第2曲「モルダウ」

モルダウとは、作曲者のスメタナの故郷チェコを流れ  
 る長い川の名前です。現在ではこの曲名をチェコ語  
 で「ヴルタヴァ」と呼ぶこともあります。源流の細い流  
 れから、大きく広がる川の様子、森の情景や農民たち  
 の婚礼の舞曲、月に照らされた静かな夜、そして激し  
 い急流の場面などが、音楽によって鮮やかに描き出さ  
 れます。





しゅつえん  
**出演&プロフィール**  
Performers & Profiles



©Hikeru Hoshi

しき つのだこうすけ  
**指揮：角田鋼亮**

**Conductor : TSUNODA Kosuke**

東京藝術大学大学院指揮科ならびにベルリン音楽大学国家演奏家資格課程修了。ベルリン・コンツェルトハウス管弦楽団、ブランデンブルグ交響楽団、札幌交響楽団、NHK交響楽団、読売日本交響楽団、東京都交響楽団、東京フィルハーモニー交響楽団、名古屋フィルハーモニー交響楽団、京都市交響楽団、九州交響楽団等と共演している。大阪フィルハーモニー交響楽団および仙台フィルハーモニー管弦楽団の指揮者のポジションを歴任。現在、セントラル愛知交響楽団常任指揮者を務めており、いま日本で最も期待される若手指揮者の一人として活躍の場を拓いている。2019年「令和元年度愛知県芸術文化選奨文化新人賞」、2020年「名古屋市文化振興事業団第36回芸術創造賞」を受賞。



©上野隆文

かんげんがく とうきょう こうきやうがくだん  
**管弦楽：東京フィルハーモニー交響楽団**  
**Orchestra : Tokyo Philharmonic Orchestra**

東京フィルハーモニー交響楽団は1911年(明治44年)創立、今年で112歳を迎えた「日本でいちばん古いオーケストラ」。約160人の音楽家が集まる「日本でいちばん大きなオーケストラ」でもある。有名なコンサートホールや歌劇場で交響曲や協奏曲、オペラやバレエを演奏するほか、『題名のない音楽会』などのテレビ番組、映画音楽やミュージカルのコンサートなどでも演奏し、1年間に約60万人のお客様がコンサートに来場する。いろいろな国の指揮者と共演し、外国でも演奏している。東京都文京区、千葉県千葉市、長野県軽井沢町、新潟県長岡市と提携し、訪問コンサートや子どもたちのためのコンサートなど、さまざまな形で演奏を届けている。



©鈴木楓蔵

ふるはしかりん とうきょうぶんかかいかん  
**ナビゲーター：古橋果林(東京文化会館ワークショップ・リーダー)**  
**MC : FURUHASHI Karin (Tokyo Bunka Kaikan Workshop Leader)**

音楽ワークショップ・リーダー。2017年「東京文化会館ワークショップ・リーダー育成プログラム」を受講、カーザ・ダ・ムジカ派遣研修に参加、2018年より東京文化会館ワークショップ・リーダーとして活動。乳幼児から大人まで幅広い層を対象にワークショップを実施するほか、特別支援学校や高齢者施設、子ども食堂でのワークショップ実施にも力を入れている。これまでにギルドホール音楽演劇学校卒業講師、ロンドン交響楽団レイチェル・リーチによるトレーニングを受講し、音楽ワークショップの実践を学ぶ。東京藝術大学音楽学部楽理科卒業、同大学大学院国際芸術創造研究科修了。現在、大阪音楽大学ミュージック・コミュニケーション専攻助手。東京、大阪を中心に全国で活動中。



**オーケストラ**  
の  
がっき はいち  
**楽器と配置**

げんがっき もっかんがっき きんかんがっき だ が っ き いろいろ しゅるい が っ き  
オーケストラには弦楽器、木管楽器、金管楽器、打楽器など色々な種類の楽器  
が ず ら り。多いときは100人以上の演奏者が一緒に演奏をすることもあ  
るの  
で、指揮者も欠かせません。メロディやハーモニー、違う音色が重なり合うこ  
とで、多彩な音楽が生まれます。

が っ き なら かた はいち きょく えんそうかい が  
※楽器の並び方(配置)は曲や演奏会によって変わります。

げんがっき 弦楽器    もっかんがっき 木管楽器    きんかんがっき 金管楽器    だ が っ き 打楽器

