

2018年6月13日
東日本旅客鉄道株式会社
株式会社ジェイアール東日本スポーツ
四季株式会社

JR 東日本グループ × 劇団四季 コラボレーションイベント！

劇団四季の俳優がインストラクターを務めるスペシャルレッスン 7月16日（月・祝）にジェクサー・フィットネスクラブでお披露目！

- JR 東日本グループは、「生活サービス事業成長ビジョン(NEXT10)」のもと、これまでのビジネスに磨きをかけるとともに、事業の変革及び創造を目指しています。※NEXT10 の概要は、3 枚目をご覧ください。
- この度、東日本旅客鉄道株式会社（東京都渋谷区/代表取締役社長 深澤 祐二）と株式会社ジェイアール東日本スポーツ（東京都豊島区/代表取締役社長 江藤 尚志）、四季株式会社（神奈川県横浜市/代表取締役社長 吉田 智誉樹）は、7月16日（月・祝）にジェクサー・フィットネス&スパ大井町にて、劇団四季所属の俳優がインストラクターを務めるオリジナルプログラムをお披露目致します。
- 今回の取り組みは、文化・芸術を核にした新しいまちづくりを目指す「竹芝ウォーターフロント開発計画」におけるJR 東日本グループと劇団四季による協業を見据えた検討の一環で、2020年の開業に先駆けて実施するコラボレーションイベントです。
- JR 東日本グループと劇団四季は、文化・芸術を発信する様々な連携イベントを実施し、地域の賑わい創出に貢献してまいります。

《 イベント 概要 》

- 日 時 2018年7月16日（月・祝）
レッスン① 15：50～（60分）「劇団四季の俳優による呼吸法開口訓練」
レッスン② 18：20～（60分）「劇団四季の俳優によるダンストレーニングからの呼吸法」
- 場 所 ジェクサー・フィットネス&スパ大井町
（東京都品川区大井 1-2-1 アトレ大井町店 7 階）
- 実施内容 詳細は次項をご覧ください。
- 料 金 無料
- 定 員 各 40 名（ジェクサー会員以外でも申し込み可能です）
※ 定員になり次第受付を終了させていただきます。
- 申込開始 2018年6月29日（金）14:00～
- 申込方法 ジェクサーホームページの「WEB サービス」よりお申込みいただけます。
（URL）<http://www.jexer.jp/>
- そ の 他 参加者には、受講後にアンケートにご協力いただきます。



レッスンイメージ ～呼吸法～

<プログラム情報>

劇団四季で行われている毎日のトレーニング方法を体験できるスペシャルレッスンを 2 種類ご用意しました。劇団四季の俳優から直に教わることで、観客に感動をお届けする技術と能力に触れることができます。



レッスンイメージ ～ダンス～

レッスン①「劇団四季の俳優による呼吸法開口訓練」

劇団四季の舞台では、台詞の一音一音を^{めいせき}明晰に観客に届けることが大切であり、そのために「呼吸法開口訓練」を毎日必ず行っております。このレッスンでは、その「呼吸法開口訓練」と呼ばれるボイストレーニングを体験することができます。

年齢は声に出ると言われ、加齢とともに大きな声を出せない、長く声を出せない、聞き直しをされてしまう、というようなことが多くなると、自信がなくなり心理的な影響も出てきます。このレッスンを通じて顔の筋肉を動かすことで、表情が豊さや声色の変化につながり、アンチエイジング効果が期待できます。



レッスンイメージ ～ダンス～

レッスン②「劇団四季の俳優によるダンストレーニングからの呼吸法」

舞台の躍動感、十分な身体の準備運動から生まれます。このレッスンでは、基礎的な動きで身体を温めてから、台詞を観客にお届けするための基礎となる「呼吸法」を行います。

フィットネスに置き換えれば、動きをつかさどるアウターマッスルと声をつかさどるインナーマッスルが十分に使われ、体温上昇と発汗につながります。これにより脂肪燃焼が促進され、シェイプアップ効果が期待できます。



レッスンイメージ ～ダンス～



レッスンイメージ ～ストレッチ～

撮影：上原タカシ



レッスンイメージ ～バレエ～

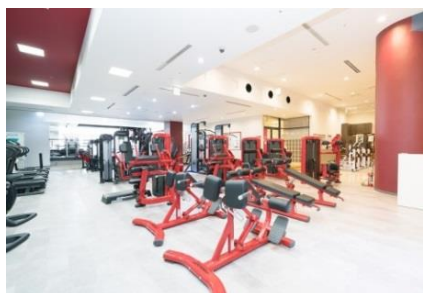
～竹芝ウォーターフロント開発計画～

竹芝ウォーターフロント開発計画は、浜離宮恩賜庭園を臨む竹芝エリアにおいて、2020 年の開業を目指して文化・芸術を核とした新たなまちづくりを行うものです。JR 東日本アートセンター四季劇場[春]・[秋]が培ってきた文化・芸術の発信拠点機能を更に昇華させ、観光・ビジネス及び文化・芸術の発信拠点を担う、ラグジュアリーホテル、オフィス、商業施設、劇場、屋外広場を整備し、周辺エリアと連携しながら竹芝エリア全体のにぎわい創出に貢献します。



浜離宮恩賜庭園側外観

～JEXER(ジェクサー)～



JEXER(ジェクサー)は株式会社ジェイアール東日本スポーツが運営するフィットネスクラブです。その他にはスイミングスクール、女性専用スタジオ(sopra)、運動型通所介護施設の運営など、首都圏 JR 東日本の駅を中心としたエリアからだとココロの健康づくりの場として様々な運動施設を展開しています。2018 年 2 月には、「ジェクサー・リフレッシュスタジオ sopra シャポー船橋店」、2018 年 3 月に「ジェクサー・フィットネス&スパ浦和」、2018 年 4 月に「ジェクサー・プラチナジム コトニアガーデン新川崎店」を開業しました。

～劇団四季～

劇団四季は、2018 年 7 月 14 日に創立 65 周年を迎え、大井町では「キャッツ・シアター」を新設し、8 月 11 日に『キャッツ』が開幕、11 月には日本上演 35 周年を迎えます。更に、昨年 7 月に浜松町の JR 東日本アートセンター四季劇場[春]から積水ハウスミュージカルシアター四季劇場[夏]に引っ越した『ライオンキング』は連日多くのお客様にお楽しみいただき、今年 12 月に日本上演 20 周年を迎えることになります。劇団四季のアニバーサリーヤーに、四季を代表する 2 作品が大井町を盛り上げます。



撮影：堀勝志古



(C)Disney

※ 写真は全てイメージです。

生活サービス事業成長ビジョン (NEXT10) とは

JR 東日本グループが会社発足から 30 年が経過した 2017 年に、今後 10 年を見据えて策定した生活サービス事業の成長ビジョンです。「CITY UP!」をスローガンに、これまでの「駅を中心とするビジネス」に磨きをかけて、「くらしづくり(まちづくり)」に挑戦します。長期成長の実現に向けた「4 本の柱」として、市中や当社エリア外への事業領域の拡大やオープンイノベーションなどに取り組む「のびる」、駅を中心とした魅力あるまちづくりを進める「ひろく」、地域の活性化や地域間交流の促進を図る「つなぐ」、既存事業の価値を高める「みがく」を設定し、駅の個性に磨きをかけるとともに街の魅力向上に努めます。

