

一般社団法人

日本弦楽指導者協会関西支部主催

関西支部  
会員限定  
企画

# 弦楽器奏者のための ボディ・マッピング

ボディ・マップ＝「体の地図」

私たちは、自分の身体の仕組みやサイズをどのように把握しているのでしょうか。

ボディ・マッピングは、脳が無意識に把握している身体の地図を意識的に作っていくことです。それを音楽身体教育へ発展させた【コナブルのボディ・マッピング®】は、音楽大学をはじめ楽器演奏者の学びに取り入れられています。

今回の講座では、音楽大学で教鞭を執るなど日本のボディ・マッピング指導における第一人者である長井芽乃氏をお迎えし、脳科学とソマティクス(身体学)の視点から、音楽家に共通する【身体の仕組みと使い方】を土台に、弦楽器演奏に関わる身体のしくみ・感覚・動きをひもといていただきます。

会員の先生方におかれましても、日々の音楽活動やご指導を身体の認識と動きの視点から捉え今後のご活動につながる機会となれば幸いです。

## 【講師】長井 芽乃（ナガイカヤノ）氏

大阪音楽大学短期大学部を卒業後、英国王立音楽検定修士課程（DipABRSM、LRSM）を修了。

交通事故をきっかけに音楽家の身体と演奏動作の研究を始め、渡英後にボディ・マッピングを本格的に学ぶ。

2003年米国でバーバラ・コナブル氏に師事、Body Mapping Educatorに認定される。以来、国内外で講演や指導を行い、東京音楽大学や洗足学園音楽大学で音楽身体教育「コナブルのボディ・マッピング®」を担当。2017年には著書『演奏者のための はじめてのボディ・マッピング』（ヤマハミュージックエンタテインメントホールディングス）を出版し、演奏家のための身体教育の普及に尽力している。

公式サイト <https://www.body-map.net/>



日時：2026年12月2日(水)

13:00～16:00 (12:30開場)※休憩含む

会場：プチエル

エル・おおさか（大阪府立労働センター）地下1階

〒540-0031 大阪市中央区北浜東3-14

参加費：無料（関西支部会員限定）

当日参加歓迎

事前申込にご協力をお願いいたします

※お申し込みがなくても  
ご入場いただけます

【お申込み・お問合せ】 右のQRコード(お申し込みフォーム)より、または  
研修委員・井上 [bookbooksally+info@gmail.com](mailto:bookbooksally+info@gmail.com)

080-6142-6433

