

障がいのある人もない人も子どもも大人も いっしょに楽しむ みんなのバレエ

スターダンサーズ・バレエ団

リラックス パフォーマンス

3歳から入場可



白鳥の湖 SWAN LAKE

全1幕



胡桃割の形 THE NUTCRACKER

全1幕

古典バレエの名作ふたつをいちどに楽しめる！

2026.1.25 (日) 14:00開演

たましんRISURUホール(立川市市民会館)大ホール

演出・振付：鈴木稔 舞台美術：ディック・バード

音楽：P.I.チャイコフスキー ※特別録音による音源を使用します

ご来場の皆さまへのお願い

本公演は、通常のバレエ公演で期待される鑑賞マナーを緩和して実施するものです。上演中もお客様の移動やざわつき、多少の話し声が予想されることをご理解くださいますようお願いいたします。

助成：文化庁委託事業「令和7年度障害者等による文化芸術活動推進事業」
主催：文化庁、公益財団法人スターダンサーズ・バレエ団、公益財団法人立川市地域文化振興財団
協賛：株式会社ハーバー研究所
後援：東京都教育委員会、立川市教育委員会、立川市私立幼稚園協会、
八王子市教育委員会、日野市教育委員会、一般社団法人日本バレエ団連盟
制作：公益財団法人スターダンサーズ・バレエ団



お問い合わせ
公益財団法人スターダンサーズ・バレエ団
TEL：03-3401-2293 (平日10:00～17:00)
Email：info-sd@sdballet.com WEB：www.sdballet.com
たましんRISURUホール(立川市市民会館)
TEL：042-526-1311 (9:00～20:00/第3月曜休館)

Photos：Kiyonori Hasegawa



RELAXED PERFORMANCE ?

リラックスパフォーマンスって？

リラックスパフォーマンス(原語:Relaxed Performance)は、劇場空間での鑑賞に不安がある方のためにアレンジされた公演形態です。英国でいち早く取り入れられ、世界の主要な劇場やバレエ団を中心に広がりを見せています。

リラックスパフォーマンスでは、普通のバレエ公演より少しだけリラックスした雰囲気の中、自閉症やADHDの症状などによりちょっとした支えを必要とする方々や、バレエ鑑賞が初めてのお子様も、構えずにリラックスして鑑賞をお楽しみいただけます。

Q&A

よくある質問

Q. 通常のバレエ公演とどのようにちがうの？

上演内容は変わりませんが、鑑賞スタイルが少し異なります。

- ・上演中でも、休憩が必要になった場合に客席の外に出ることができます
- ・当日の体調や状況に合わせて自由に利用できる優先席を用意します
- ・客席の照明を完全に暗くしません
- ・突然大きな音ができる場面は、音のボリュームに配慮します
- ・完全な静寂ではなくても、皆で鑑賞を楽しめる環境づくりに努めます

Q. 上演中ずっと客席にいたことが困難な場合、客席の外にいたことができるのでしょうか？

1階ホワイエ(会場ロビー)には休憩エリアをご用意しています。「また観よう」と思ったら、上演中でも客席内にお戻りいただけます。

Q. 優先席って何ですか？

「何度も出入りしてしまうのでドアの近くが良い」という場合など、当日の体調や状況に合わせて自由にご利用いただける優先席を客席後方にご用意しています。



このマークが目印

Q. 自閉症やADHDの人のための公演なのですか？

本公演は、障がいの有無を問わず、あらゆる方に開かれた公演です。通常の公演とは異なる公演環境であることをご理解いただきますようお願いいたします。

TIME TABLE

タイムテーブル



13:15 開場

入場したら、すぐ客席に向かうのもOK、ホワイエで開演まで待つのもOK。
上演前にお手洗いはすませておきましょう。
ベルがなったら、まもなく開演の合図です。あわてずゆっくりと、自分の席につきましょう。
開演直前には、バレエを楽しむための解説があります。



14:00～14:50 第1部「白鳥の湖」

開演の合図に、客席が少し暗くなります。
上演中、外に出たくなったら指定されたドアから出るようにしましょう。



14:50～15:10 休憩 (20分)

第2部のスタートまで休憩しましょう。ホワイエに出ても、客席でお待ちいただいてもOKです。
第2部開始を知らせるベルがなったら自分の席につきましょう。



15:10～15:50 第2部「くるみ割り人形」

上演中、外に出たくなったら指定されたドアから出るようにしましょう。



15:50 終演予定

幕がおりて客席が明るくなったら公演は終わりです。
※上演時間は、多少前後することがございます。

- ・上演中は、携帯電話やアラーム付時計等の電源をお切りください。
- ・前かがみになってのご鑑賞は、周りの方の視界の妨げとなりますのでご注意ください。
- ・客席での飲食、上演中及びカーテンコールの写真撮影/録音/録画等は固くお断りいたします。
これらの行為を見かけた際は係員までお知らせくださいますようお願いいたします。

お問い合わせ

公益財団法人スターダンサーズ・バレエ団
TEL: 03-3401-2293 (平日10:00～17:00)
E-mail: info-sd@sdballet.com



Instagram



YouTube



X

公演アンケート

今後の活動に活かすため、
皆さまのご意見・ご感想を
お聞かせください。



白鳥の湖

SWAN LAKE



SCENE 1
 成人式を迎える王子ジークフリートは、明日の舞踏会で必ず花嫁を決めなければなりません。気の進まない王子はお城を抜け出し、気晴らしに湖に狩りに出かけます。湖に降り立った白鳥たちに弓をかまえたとなん、鳥たちが人間の娘たちに変身したではありませんか！その中でもひととき美しいオデットに、王子はひとめで心を奪われてしまいます。オデットたちは、悪魔ロットバルトによって夜の間に人間の姿に戻ることができない魔法をかけられていたのです。魔法を解くには、“まだ誰にも愛を誓ったことのない青年が、心から愛して決して裏切らない”ことしかありません。王子はオデットを明日の舞踏会に誘い「あなたを必ず花嫁に選びます」と約束します。

SCENE 2
 お城では華やかな舞踏会が開かれています。王子は、ここで花嫁を選ぶよう王妃に言われます。各国の王女たちが花嫁候補として集まってきましたが、オデットと結婚しようと固く心に決めている王子は上の空です。そこへ突然怪しげな紳士といっしょにオデットそっくりの王女が現れました。すっかりオデットだと思い込んでしまった王子は、紳士に促されるままに愛を誓い、花嫁に選んでしまいます。ところがそれは変装した悪魔ロットバルトとその娘オディールだったのです。それを窓辺で悲しげに見つめていたオデットは、王子に裏切られたと思い湖へ帰ってしまいました。だまされたことに気づいた王子は、オデットを追って湖へと向かいます。

SCENE 3
 もう魔法を解くことができなくなったと知ったオデットと娘たちは深い悲しみに沈んでいます。そこへ王子が駆けつけてきました。自分のあやまちをわびる王子を、オデットは優しく許します。しかし破られた誓いはもうどうすることもできません。オデットは死を選ぶことを決意し、湖に身を投げます。そのあとを追う王子。死をもおそれないふたりの愛の力は悪魔ロットバルトを滅ぼし、その魂は永遠に結ばれたのです。



オデット

悪魔の力で白鳥に姿を変えられてしまう、美しい姫

ジークフリート

オデットを愛する王子



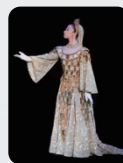
ロットバルト

オデットを白鳥の姿に変えてしまう悪魔



オディール

ロットバルトの娘

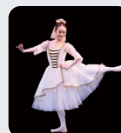


おうひ
王妃
ジークフリートの母親

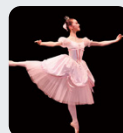
かっこく ひめ
各国の姫たち
ジークフリートの花嫁候補たち



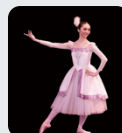
ひめ
スペインの姫



ひめ
ハンガリーの姫



ひめ
イタリアの姫



ひめ
ポーランドの姫

わ にんぎょう
くるみ割り人形

THE NUTCRACKER



ものがたり そと ゆき なか うち ともだち たの おこな
物語はクリスマスイブ。外では雪がふりしける中、クララのお家ではお友達と楽しいクリスマスパーティが行われていま
す。そこでクララは、ドロッセルマイヤーからくるみ割り人形をプレゼントされます。

お ねむ め さ おうさま
パーティが終わり、眠ってしまったクララが目を覚ますと、ネズミの王様があらわれクララにおそいかかってきました。する
と真夜中を知らせる時計の音が鳴り、くるみ割り人形がクララを守るために戦いをはじめました。クララはくるみ割り人形
といっしょにネズミの王様をやっつけます。

わ にんぎょう おうじ へんしん ゆめ くに しょうたい ひと であ
するとくるみ割り人形は王子に変身し、クララを夢の国へと招待してくれました。さてクララはどんな人と出会い、どん
な楽しい経験をするのでしょうか…。



クララ

物語の主人公
ドロッセルマイヤ
ーにくるみ割り人
形をプレゼントさ
れる

おうじ
王子

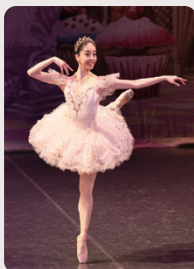
くるみ割り人形
に姿を変えられ
ていたが、クラ
ラの助けでもと
に戻る

わ にんぎょう
くるみ割り人形おうさま
ネズミの王様

VS



ドロッセルマイヤー
クリスマスパー
ティにあらわれる不
思議な人物

ゆめ くに じゆうにん
夢の国の住人たちこんべいとう じょう
金平糖の女王
夢の国に住む女王

スペイン



アラビア

中国
ちゆうごく

ロシア

CAST

キャスト

「白鳥の湖」(全1幕)

解説：小山久美

オデット/オディール	塩谷綾菜			
王子ジークフリート	林田翔平			
悪魔ロットバルト	久野直哉			
四羽の白鳥	高橋麗	富岡玲美	前田望友紀	三澤由華
白鳥たち	秋山和沙	石山沙央理	岩崎醇花	高橋茉由
	馬場彩	東野瑞生	山内優奈	山田珠希
王妃	天木真那美			
道化	関口啓			
スペインの姫	東野瑞生			
ハンガリーの姫	山内優奈			
イタリアの姫	秋山和沙			
ポーランドの姫	石山沙央理			
貴族	榎本文	小川紗季	勝木萌香	角屋みづき
	中川郁	丸山梨紗	石川聖人	石川龍之介
	加地暢文	柏葉大歩	仲田直樹	西澤優希



「くるみ割り人形」(全1幕)

クララ	阿部裕恵			
王子	池田武志			
ドロッセルマイヤー	友杉洋之			
クララの父	宮司知英			
クララの母	天木真那美			
クララの友人	小杉瑠々	早乙女愛穂	高橋麗	三澤由華
	岩崎醇花	高橋茉由	加地暢文	柏葉大歩
くるみ割り人形	西澤優希			
ネズミの王様	小澤倅造			
スペイン	前田望友紀	石川龍之介		
アラビア	石山沙央理	渡辺大地		
中国	早乙女愛穂	飛永嘉尉		
ロシア	富岡玲美	石川聖人		
花のワルツ	秋山和沙	岩崎醇花	榎本文	小川紗季
	角屋みづき	馬場彩	東野瑞生	山内優奈
金平糖の女王	中川郁			



※出演者は変更になることがあります。(配役の変更は当日掲示します)

STAFF

スタッフ

演出・振付：鈴木稔	舞台美術：ディック・バード
音楽：P.I.チャイコフスキー ※特別録音による音源を使用します。	
照明：山本英明	音響：矢野伊織 (Onbu LLC)
衣装：b.c.costume.	
大道具：東宝舞台株式会社	照明操作：有限会社舞台照明劇光社
舞台監督：伴美代子	バレエミストレス：小山恵美
バレエマスター：福原大介	総監督：小山久美