

白鳥の湖

SWAN LAKE



スターダンサーズ・バレエ団

リラックスパフォーマンス

Relaxed Performance

ご家族・介助者のための

ご来場ガイド

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



くるり

THE NUTCRACKER

日時：2026年7月4日(土) 14:00

会場：やまぎん県民ホール 大ホール

もくじ

1. リラックスパフォーマンスって？
2. 会場とアクセス
3. 公演当日について
 - 入場
 - 客席と優先席
 - タイムスケジュール
 - 上演中の出入りについて
4. プログラム
5. 主役キャスト/指揮/管弦楽
6. お客様へのお願い



1. 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とは

リラックスパフォーマンスは、劇場空間での鑑賞に不安がある方も舞台芸術を楽しめるようアレンジされた公演形態です。

スターダンサーズ・バレエ団では、2018年からリラックスパフォーマンスによる公演を開催しています。

肩ひじ張らずに気軽に舞台鑑賞ができることから、障害のある方だけでなく、バレエを初めて鑑賞する方や、小さなお子様連れのご家族まで、幅広い方にお楽しみいただいています。

みんなが一緒にバレエを楽しめるようさまざまな工夫をしています。

- ・ 上演中でも、休憩が必要になったときには客席の外に出ることができます
(途中で席に戻ることもできます)**
- ・ 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**
- ・ 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**

特設サイトや紹介映像もご確認ください

特設サイト

<https://www.sdballet.com/rp/>



紹介映像

<https://youtu.be/r6gD79eitx4>



2. 会場とアクセス



会場

やまぎん県民ホール WEBサイト
<https://yamagata-bunka.jp/access/>



やまぎん県民ホール（山形県総合文化芸術館） 大ホール

〒990-0828

山形県山形市双葉町1-2-38

TEL：023-664-2220

（休館日を除く9:00～22:00）



アクセス

電車でお越しの方

JR山形駅西口より徒歩1分

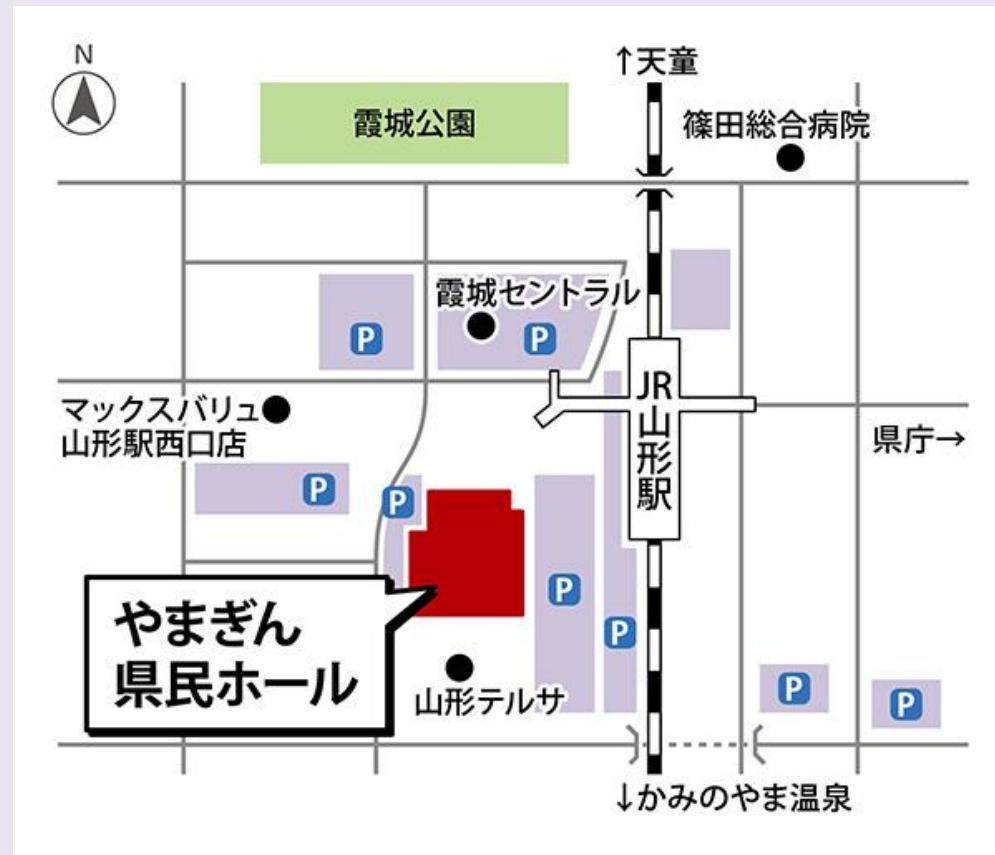
車でお越しの方

- ・山形自動車道 山形蔵王インターから車で15分
- ・東北中央自動車道山形中央ICから車で15分

■ 駐車場について

やまぎん県民ホールご利用の際には「県民べにばな駐車場」（有料）をご利用ください。

駐車台数:363台（内優先10台）



詳しいアクセス情報がご確認いただけます▼

[アクセシビリティ資料 やまぎん県民ホール.pdf](#)



3. 公演当日について

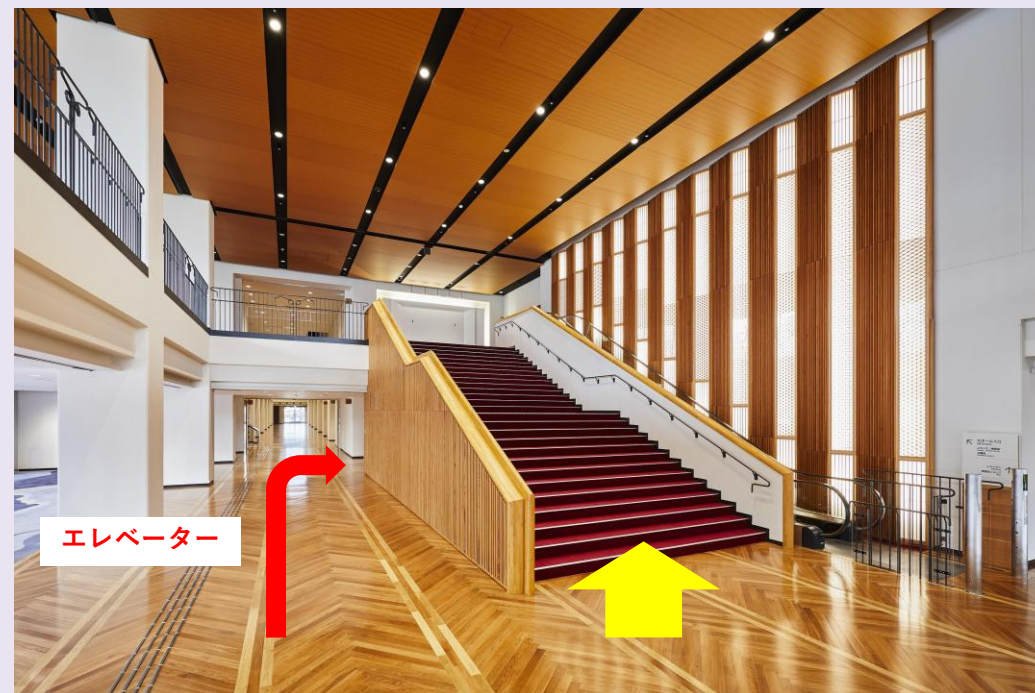
入場

詳しい館内案内をご確認いただけます▼

[アクセシビリティ資料 やまぎん県民ホール.pdf](#)



- 開演時間の45分前(13:15)からご入場できます。
- 大ホールの入口は2階です。
入口でチケットを見せて会場に入ります。
- 会場内には案内係がいます。
お手伝いが必要な方はお声がけください。
- 車椅子をご利用の方は、係の者をご案内します。
- 入場後にホールから出て再入場する場合は、
入口で再度チケットを提示してください。

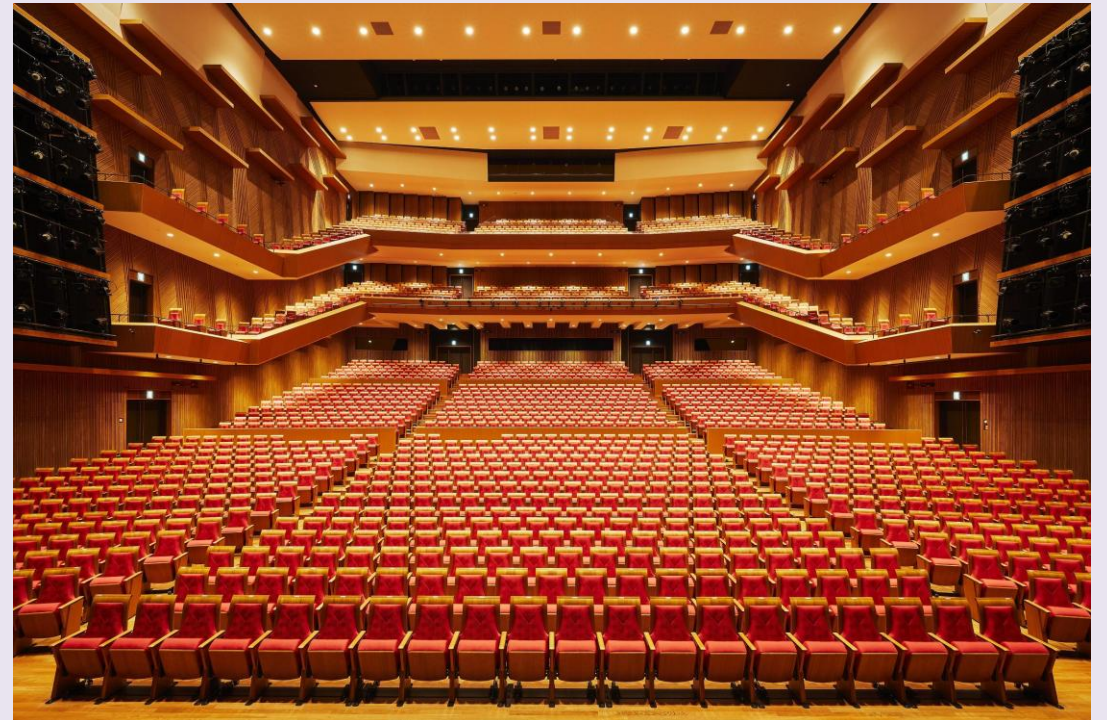


やまぎん県民ホール 正面入口

客席

座席はすべて指定席です。
チケットに記載されているお席にお座りください。

客席内での飲食はご遠慮ください。
お飲み物や軽食は、
ホワイエにておとりください。



やまぎん県民ホール 大ホール

優先席

ハートマークが目印の〈優先席〉を客席後方にご用意しています。

当日の体調や状況に合わせてご利用ください。

お持ちのチケットと同じ階の優先席をご利用ください。





タイムスケジュール

開場	13:15
開演	14:00
第1部「白鳥の湖」 約45分	
休憩	20分
第2部「くるみ割り人形」 約40分	
終演予定	15:55

開演の時間になると、
バレエを楽しむための
解説があります。

生演奏のため上演時間が予定
と少し異なる可能性があります。
余裕をもってご予約くださ
さい。



バレエが始まる前にお話があります

バレエが始まる前に、
これから見るふたつのバレエの解説や
バレエで使う手の動き“マイム”の
紹介があります。



🌸 上演中の出入りについて

休憩が必要な場合は、上演中も客席から出ることができます。
1階席後方のホワイエ（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、
上演中でもご自身のお席に戻ることもできます。
よろしければ優先席もご利用ください。



休憩エリアの様子

4. プログラム

第1部 「白鳥の湖」 全1幕

悪魔の魔法により白鳥に姿を変えられたオデット姫と
ジークフリート王子のドラマティックな愛の物語。



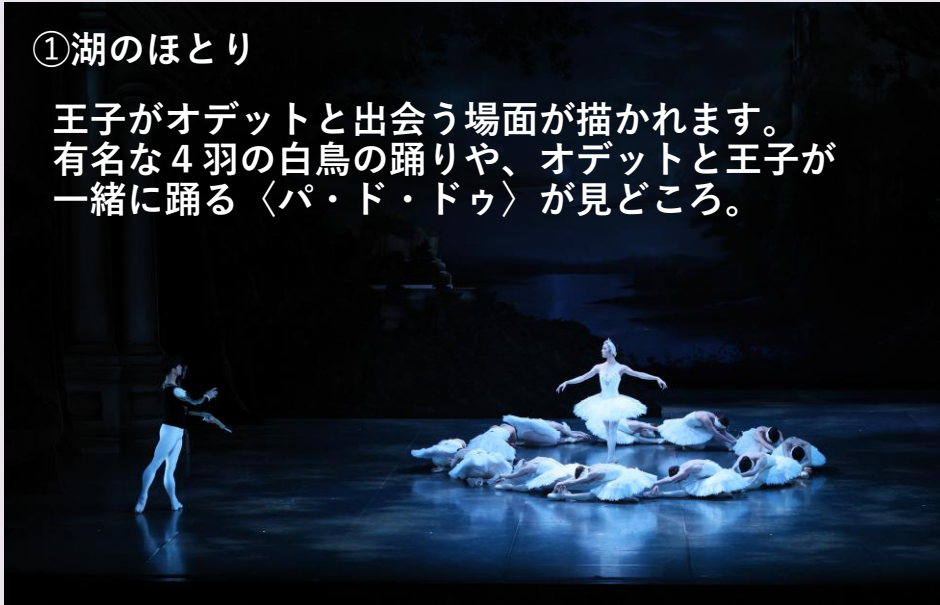
はじまる前と途中に
あらすじの解説があります



「白鳥の湖」 舞台の流れ

①湖のほとり

王子がオデットと出会う場面が描かれます。
有名な4羽の白鳥の踊りや、オデットと王子が
一緒に踊る〈パ・ド・ドゥ〉が見どころ。



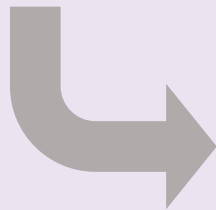
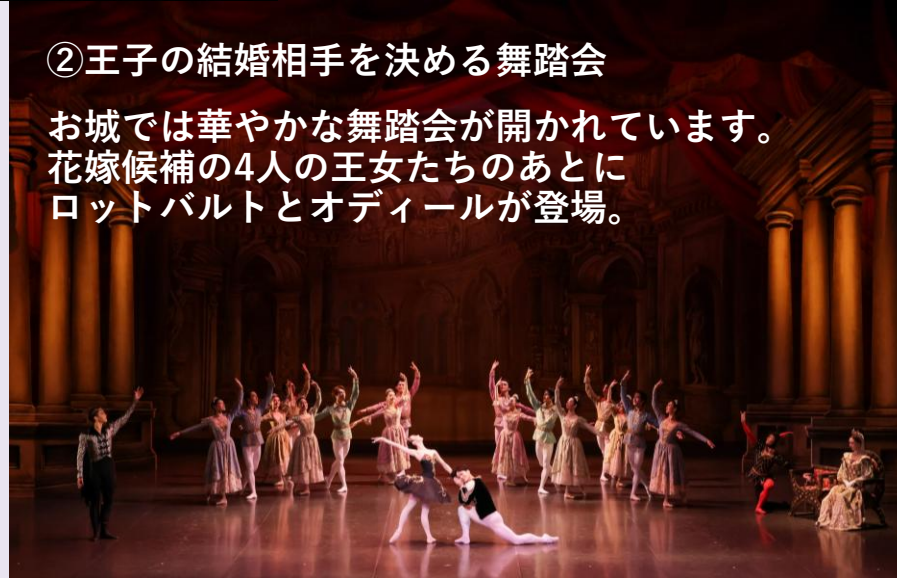
③湖のほとり

自分のあやまちをわびるため、王子は再びオデットのいる湖へ。



②王子の結婚相手を決める舞踏会

お城では華やかな舞踏会が開かれています。
花嫁候補の4人の王女たちのあとに
ロットバルトとオディールが登場。



第2部 「くるみ割り人形」 全1幕

クリスマスの夜に少女クララが体験する
不思議なできごとを描いた夢あふれるファンタジー。



ドロッセルマイヤー役のダンサーが
セリフを話す場面があります



「くるみ割り人形」 舞台の流れ



公演プログラム

当日会場にて配布する公演プログラムを、WEBにて事前にご確認いただけます。

- ・ 主役プロフィール
- ・ キャスト情報
- ・ あらすじ など



2026.7.4(土) やまぎん県民ホール(山形県総合文化芸術館)大ホール
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

胡桃夹子
THE NUTCRACKER

お客様へお願い

 <p>席についたら、スマホ/スマートウォッチをOFF 途中で音が鳴ったり、光ったりしないようにしましょう。 上演中やカーテンコールの写真・動画の撮影は禁止です。</p>	 <p>バレエがはじまったら、できるだけおしゃべりはストップ 驚いたり、感動したりして思わず声が出てしまうのは大丈夫。 おしゃべりするのはバレエが終わってからにしましょう。</p>
 <p>座席には深く座って、前の席を蹴らない 席に深く座ったり前かがみになったりすると、後ろの人は観客 が足えなくなってしまう。ゆったり深く座って観賞しましょう。 座席を蹴るのも、前の人が嫌な気持ちになるのでやめましょう。</p>	 <p>障がいのある人に優しいまなざしを 同じ姿勢でいることが難しかったり、身体が動いてしまったり、 声が出てしまったり、さまざまな障がいがあることを理解し、 過度な注目はしないようにしましょう。</p>
 <p>客席内での飲食はご遠慮ください お飲み物や軽食は、ホワイエ(会場ロビー)でおとりください。</p>	 <p>光る靴は脱ぎましょう ライトのついている光る靴は、席りの方の視界の妨げになること があります。上演中に光ることのないよう、席に座ったら脱いで いただくようご協力をお願いします。</p>

本日はご来場ありがとうございます。
リラクスパフォーマンスは「障がいのある人もない人も一緒に楽しむ」をコンセプトとしています。
劇場空間に不安のある方のご来場のハードルを下げる一方で、上記の鑑賞マナーやあらゆる人が生きる社会について、ご家族やお子様
とお話しをするきっかけとなれば幸いです。ご来場の皆さまにとっても、本公演が楽しい時間となるのが私たちの願いです。会場にてお困
りのことがございましたら、ご遠慮なく案内係にお声がけください。

スターダンサーズ・バレエ団

<https://www.sdballet.com/wp-content/uploads/2026/06/web.pdf>

5. 主役キャスト/指揮/管弦楽



キャスト

🦢 白鳥の湖

オデット／オディール



阿部裕恵

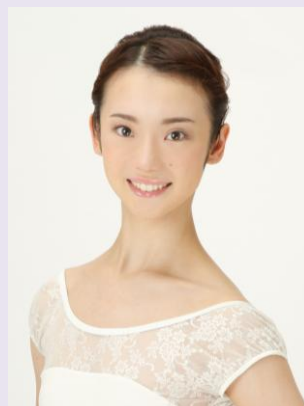
王子ジークフリート



林田翔平

🎄 くるみ割り人形

クララ



塩谷綾菜

王子



吉田周平

金平糖の女王



秋山和沙



音楽



ここで指揮・演奏します



指揮

湯川紘恵



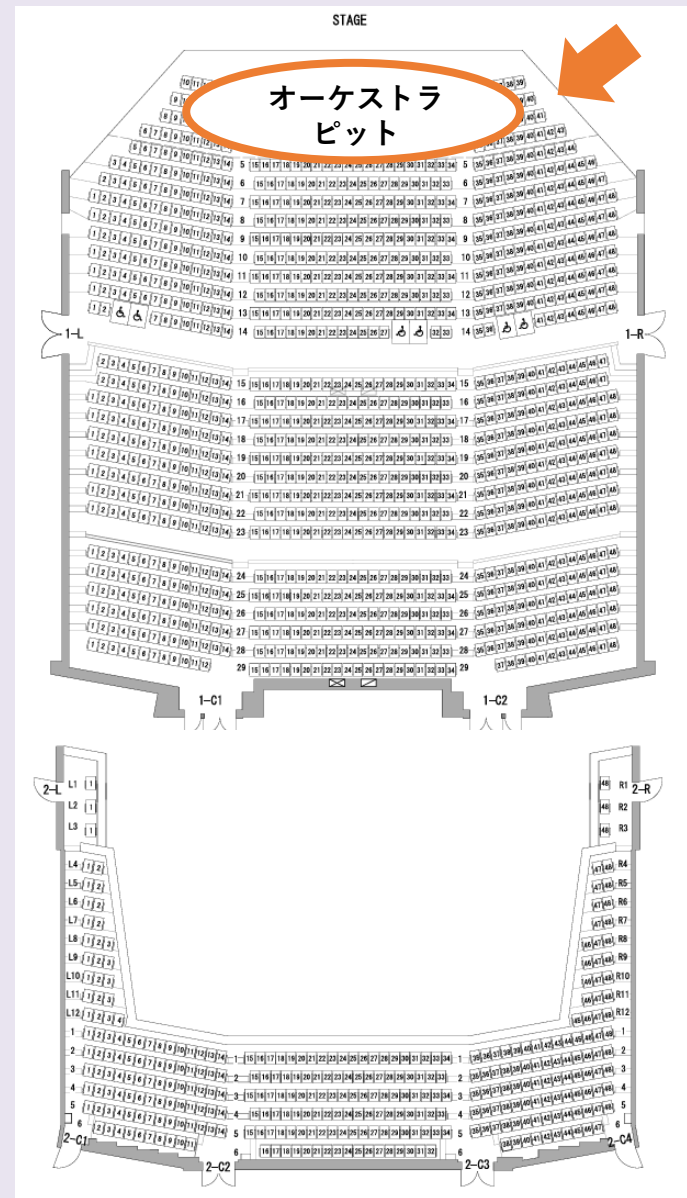
©Junichiro Matsuo

管弦楽

山形交響楽団



©Kazuhiro Suzuki



6. お客様へのお願い



お客様へのお願い①

- 上演中は、携帯電話やアラーム付き時計等の電源をお切りください。
- シャカシャカと音のなりやすい素材の服や、お子様の光る靴、高い位置でのお団子ヘアなどは、周りのお客様のご迷惑となるためご遠慮いただきますようお願いいたします。
- 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、背もたれに背中をつけてご鑑賞いただきますようご協力をお願いいたします。
- 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します。



お客様へのお願い②

本公演は、音や光、周囲の環境に対する感じ方や反応が人それぞれ異なることを前提に、誰もが安心して舞台を楽しめるよう配慮したリラックスパフォーマンスです。

上演中、一部のお客様において、移動が必要になったり、思わず声が出てしまうなどの意図しない反応が起こる可能性があることをあらかじめご理解の上でご来場ください。

なお、本公演は上演中の会話や大きな音を推奨するものではありません。「静かにしていなければならない」という緊張を和らげつつ、それぞれのペースで舞台と向き合っていただくことを大切にしています。

会場にてお困りのことがございましたら、ご遠慮なく係のものにお声がけください。

電源が必要な医療器具等をご使用の場合は、
スターダンサーズ・バレエ団まで事前にご連絡をいただきます
ようお願いいたします。

その他、何かご不明点がありましたら、お気軽にお問い合わせ
ください。

スターダンサーズ・バレエ団事務局

TEL: 03-3401-2293 (平日10:00~17:00)

E-mail: ticket@sdballet.com

皆さまのご来場をお待ちしています

