



いきいき！ボイストレーニング

日時：2022年5月17日（火）

場所：池田市 ナムの広場

講師：吉田寛子先生

☞入口でかわいい看板がお出迎え

（ナムの広場のスタッフの方の製作です。ありがとうございます。）

第2回「はじめてみようボイストレーニング②」



←①ストレッチ、顔のトレーニング（口角やほほ骨を上げる）

②発声練習、腹式呼吸の練習、脳トレ↓



←③♪最後はみんなで歌唱

「みかんの花咲く丘」

「琵琶湖周航の歌」「上を向いて歩こう」♪

「今日のひと言」から抜粋

♪ストレッチが非常に良かった。大きな声を出し気持ち良かった

♪腹式呼吸をすると発声が変わってくるのを実感しました

♪声の出し方の授業を受け、今後に期待をもてそう