

# いきいき！ボイストレーニング科

日時：2022年5月24日（火）

場所：池田市 ナムの広場

講師：吉田寛子先生 太田耕蔵先生



まずは毎回、ストレッチから始まります→

## 第4回

### 「はじめてみようボイストレーニング③」

〔講義の内容〕

①太田先生による口角を上げる方法

家でも歯磨きの後 毎回「う、い」を10回繰り返すと良い。

②発声練習と活舌の練習

「あめんぼの歌」の「か行」の発声方法を学びました。

③正しい姿勢の練習…壁に背を向けて立つ。頭は、握り拳一つ開け、踵や肩は壁につける

授業の最後に歌を歌い、指を立てて脳トレもしました。

♪「琵琶湖周航の歌」

♪「上を向いて歩こう」

♪「浜辺の歌」



授業にも慣れ、正しい姿勢で大きな声が出てきました。

午後のミーティングでは、校外学習先を「大阪中之島美術館」に決定しました。

（いきいきボイストレーニング科 広報担当）