

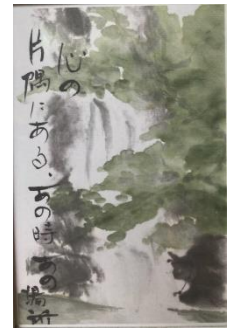
いきいき！ボイストレーニング

日時：2022年9月27日（火）

場所：池田市 ナムの広場

講師：吉田寛子先生

受講生の方の作品です→



第15回 歌を楽しもう③ 高音の出し方

【講義内容】

1、ストレッチ、体ほぐし

- ・肩回し、首を前後左右回転、腹式呼吸等
- ・誤嚥性肺炎予防・顔の筋肉・舌のストレッチ



2、発声練習

- ・「あめんぼの歌」
- ・「あーえーあーえーあ」低音～高音
- ・「はっ、はっ、はっ、はっ、はあー」お腹をへこませて
- ☆ 口の中を広くする・・・口を閉じてあくびをする感じ⇒響きのある歌声に

3、歌唱指導

♪「素晴らしい愛をもう一度」

- ・音の高さ・息継ぎの場所を確認
- ・歌うのは、1番と3番
- ・“あの素晴らしい愛をもう一度”のところは、歌詞を見ず、目線を上げる
- ・歌い始め、休符の後の歌い出しをそろえる

♪「里の秋」

- ・楽譜の音楽記号の説明
- ・1番と2番の歌い方の違い

♪「四季の歌」

- ・歌い出しをはっきりと
- ・2分音符、符点2分音符の音が下がらないように
- ・春夏秋冬のイメージカラーを
考える

【午後 クラスミーティング】

ふれあい交流祭に向けて準備

- ・班ごとに、掲示物作成
- ・全員で歌の練習



【感想】

吉田先生に指導して頂いたことに気をつけて歌うと、とても疲れましたが、頑張りたいです。

(いきいきボイストレーニング 広報担当)