

ボイストレーニングを楽しむ

日時：2023年5月23日（火）

場所：午前：池田市 ナムのひろば、

午後：豊中市 センチュリーオーケストラハウス

講師：吉田寛子先生 太田耕蔵先生



第5回はじめてみようボイストレーニング④「母音をはっきり言う」

【講義の内容】

吉田先生の講義

① 前回の「今日のひと言」より説明

- ・声帯を締める意識等、日常生活で反復練習が大切
- ・「か・た」行は、難しいがそればかりにとらわれなくて良い
- ・身体を楽器と思い、自分の体を大切に
- ・高音は、出なくても出そうとする気持ちで声が出るようになる

② ストレッチ

③ 腹式呼吸 前回までの呼吸練習後、声帯を少し開けて「あー」と声を出しながら息を吐く

太田先生の講義

① 発声練習…声を切ると咽頭腔が使える口角が上がり、息が続くので家での練習では切ってもよい

- ・ウィウィ体操 ・ウ体操（首の筋が伸びる）・腹式呼吸
- ・バンザイ体操（しっかり腕を伸ばす）・風船抱え体操 ・「あえいうえおあ」

吉田先生の講義

① あめんぼ あかいな あいうえお…

- ・読んでしっかり発音 ・「カ・タ」行タ行は、前歯に舌を付ける

② 母音をはっきり歌う

♪こいのぼり♪を母音を意識して歌う

- ・母音歌唱は宿題



③ 歌唱 ♪花♪（2回同じ歌詞が続く場合、強弱等をつけて表情をつける）

「うたの世界」の本より リクエスト…

♪見上げてごらん夜の星を♪♪青い山脈♪

【午後】

センチュリー交響楽団のリハーサル見学

1時間 センチュリーオーケストラハウス

指揮者：豊中市出身の出口大地氏

☆指揮者から表現を伝えるとすぐにオーケストラの音色が変わっていった。指揮者と演奏者がいっしょに作品を作っていく様子を見せていただき、良かったです（2班 広報担当）