

# ✦キラキラ輝くボイストレーニング✦

## 第25回 頬骨は大事なスピーカー

日時：2025年1月15日（水）

場所：池田市 ナムのひろば 文化会館

講師：澤一孝先生



### 【午前の授業】

- (1) **ストレッチ** 首、肩、腕、手首を動かしてリラックス
- (2) **呼吸法** 鼻から息を吸って口で吐く。最初は5回吸ってから少しずつ減らし、最後は1回にして吐く練習。
- (3) **発声練習** ピアノの音に合わせて、「ホホホ、ンン、ヤヤヤ、ラララ〜」。顎を引くと高音も出しやすい。「アイウエオ」の早口言葉、「カキクケコ、サシセソ」も出来る！
- (4) **歌唱指導**（成果発表会に向けて）  
全員で歌う歌唱曲「野に咲く花のように」1stレッスンをしました。  
みんな上手く歌えるので、先生が「もう一曲歌ってみよう！」とさらにもう一曲追加で選曲されます。  
班毎に歌う曲の音合わせ。

★冬休み明け、一か月振りの授業でした。はじめのうちは少し声も出にくかったけれど、授業が終わる頃には身体も喉もほぐれて、みんなで大きな声を出せるようになりました！

### 【午後の活動】

#### ■新春かくし芸大会

- \* マンドリン演奏と歌「見上げてごらん夜の星を」「百万本のバラ」
  - \* 機長からの機内アナウンス
  - \* 民謡「ひえつき節」「刈干切唄」
  - \* 腹話術「ゆめはアイドル」人気者悠太君登場
  - \* 朗読「転生」（志賀直哉作）
  - \* 歌「On a slow boat to China」「When I fall in love」
  - \* ピアノ演奏「シェルブールの雨傘」
  - \* 朗読「金色の朝」（三浦哲郎作）
  - \* 「大阪締め」「炭鉱節」「ダンシングヒーロー」
- ★みんなで大いに盛り上がり、出演者の皆様の隠れた才能に驚かされました。  
出演者のみなさま、本当にありがとうございました！



#### ■クラス全体の話し合い

- ① 1月29日校外学習「神戸須磨シーワールド」について、詳細な説明がなされた。
  - ② また「ばんば親子と歩こう～小さな体験、大きな感動」の追加募集の案内もあり、皆さんワクワクの様子。
- ★新春のひとときをこんなに楽しく過ごせて、素晴らしい時間となりました！！

(2班広報担当)