

共通講座（オンライン受講）

日程	講座タイトル	担当講師
6/15（水） 13:30-15:00	アクティブシニアの健康づくり	流通科学大学特任 教授 山口 泰雄
9/21（水） 13:30-15:00	生涯学習の可能性について	近畿大学教授 久 隆浩
2/15（水） 13:30-15:00	持続可能な社会づくりと高齢者	神戸大学教授 松岡 広路

1 学期（時間：10時～12時 場所：704教室）

日程	講座タイトル	担当講師
4/18	オリエンテーション	江本 あきこ
5/9	腹式呼吸と横隔膜①	江本 あきこ
5/23	腹式呼吸と横隔膜②	江本 あきこ
6/6	身体と声をつなぐ①鼻腔共鳴と表情筋のしくみ	江本 あきこ
6/20	身体と声をつなぐ②声量アップする方法	江本 あきこ
7/4	身体と声をつなぐ③発音を明瞭にする方法 1	江本 あきこ
7/25	身体と声をつなぐ④発音を明瞭にする方法 2	江本 あきこ

講座日の服装・持ち物など

- ・動きやすい服装、靴（毎回ラジオ体操を行います）
- ・飲料水（500ml）
- ・替えのマスク（授業の中で使用します）
- ・マスク内パッド（あれば呼吸しやすいです）
- ・フェイスシールド（第4回目の講座から使用します）

2 学期（時間：10時～12時 場所：704教室）

日程	講座タイトル	担当講師
9/12	身体と声をつなぐ⑤歌詞を心に届ける方法	江本 あきこ
10/3	高音を楽に出す発声法①	江本 あきこ
10/24	高音を楽に出す発声法②	江本 あきこ
11/7	高音を楽に出す発声法③	江本 あきこ
11/28	高音を楽に出す発声法④	江本 あきこ
12/12	高音を楽に出す発声法⑤	江本 あきこ

3 学期（時間：10時～12時 場所：704教室）

日程	講座タイトル	担当講師
1/16	高音を楽に出す発声法⑥	江本 あきこ
1/30	まとめ	江本 あきこ
2/13	活動事例の紹介	江本 あきこ
2/27	一年間のふりかえり	江本 あきこ