

日程	講座タイトル	学習内容	担当講師
4/7	ガイダンス・仲間づくり	①カレッジで受講するための必要な事柄の確認 ②自己紹介③写真撮影（はじめに）の実施	社会教育 コーディネーター 江本あきこ
5/7 (水)	腹式呼吸と横隔膜①	腹式呼吸とは	コーディネーター 江本あきこ
5/19	腹式呼吸と横隔膜②	一人ずつの腹式呼吸のアドバイスを実施する	江本あきこ アンチエイジングボイス®代表
6/2	身体と声をつなぐ①	鼻腔共鳴と表情筋のしくみを学ぶ	江本あきこ
6/16	身体と声をつなぐ②	鼻腔共鳴と表情筋のしくみを学ぶ	江本あきこ
6/30	身体と声をつなぐ③	声量をupする方法を学ぶ	江本あきこ
7/7	身体と声をつなぐ④	発音を明瞭にする方法を学ぶ	江本あきこ
7/22 (火)	身体と声をつなぐ⑤	発音を明瞭にする方法を学ぶ	江本あきこ
9/1	身体と声をつなぐ⑥	発音を明瞭にする方法を学ぶ	江本あきこ
9/22 * PM	身体と声をつなぐ⑦	歌詞を心に届ける方法を学ぶ	江本あきこ
10/6	高音を楽に出す発声法① (後半：明石公園)	A O関節と高音域の発声を学ぶ	江本あきこ
10/20	高音を楽に出す発声法②	一人ずつのAO関節のアドバイスを実施する	江本あきこ
10/27 * PM	高音を楽に出す発声法③	一人ずつのAO関節のアドバイスを実施する	江本あきこ
11/17	高音を楽に出す発声法④	アゴ関節と高音域の発声を学ぶ 写真撮影（おわりに）の実施	江本あきこ
12/1	高音を楽に出す発声法⑤	腹筋とAO関節の両方を使う発声法を学ぶ	江本あきこ
1/13 (火)	高音を楽に出す発声法⑥	表現のテクニックを学ぶ	江本あきこ
1/19	習得した知識・技能の活用事例紹介 ～地域とのふれあい～ ①「発声法の復習と活動事例の紹介」 ②「声の力」	これまでの復讐 ①活動事例の紹介（ゲストスピーカー） ②学習成果の発表	江本あきこ
2/2	1年間のふり返りとまとめ ～今後の自分の動きは～	写真（ビフォーアフター）を見て変化を知る 全体の合唱を実施	江本あきこ