

🌿 ~声をつかうすべての人に~ 🌿

声と身体のゆったりワーク



音楽療法の現場において、声は様々な形で用います。対象者に応じた声を出すことや、自分自身に無理のない声を出せることはとても大切なことではないでしょうか。無理な発声では身体をこわしかねません。

～声はいくつになっても磨けば変わります～

日ごろの疲れを癒しながら、世界に一つしかない自分自身の声を有効に使うために、じっくりご自身の声とからだに向き合ってみませんか。 声の変化に気づいて頂けるプログラムです。

対象：声が出しにくいと感じている方、声を出すことや歌うことが好きな方、
保育園や学校、音楽療法などの現場で実践している方まで、ご自身の身体と声を有効に使いたい方。

この講座では、身体と声のつながりを感じて無理のない発声を
体感することを目指しています

9月29日(日) I 10:30～12:00【姿勢について考えてみましょう】

今の自分の身体を感じ、ゆっくりまわして理想的な姿勢について考えてみましょう。

II 13:00～14:30【呼吸について考えてみましょう】

呼吸に関わりのある身体の部分を動かしながら、声と呼吸について感じてみましょう。

III 14:45～16:15【声の響きについて考えてみましょう】

口腔内や身体のエクササイズを通して、自分の声の響きの変化を感じてみましょう。

受講料： I II III 通し 9,900円(税込) 各回 3,850円(税込)

講師： 水上恵美 日本音楽療法学会認定音楽療法士

滋賀大学大学院修士課程学校教育(音楽教育)専修修了。山松質文主宰“ミュージックセラピー研究会”で音楽療法の研鑽を積み、京都音楽院講師、江原音楽療法専門学校講師をはじめ、数多くのセミナーなどでも講演し、各地で音楽療法を実践してきました。現在京都音楽院講師、また大東市立子ども発達支援センター他で、子どもや高齢者を対象に実践も行っています。歌が好き、音楽が好き、そして誰かと一緒に音楽をすることが好き。「身体」「こころ」「声」、「人と人との間に生まれる音楽」に大きな関心を持って、学び、活動をしています。

JEUGIA 京都国際音楽療法センター

〒604-0871 京都市中京区東洞院通丸太町下る三本木町439番地 ABBEY ROAD御所南 JEUGIAフォーラム京都御所南 内

☎075-222-6016 FAX 075-222-6012 <https://www.jeugia.co.jp/kicmt>

【電話受付】10:00～20:00(日祝10:00～18:00) [京都国際音楽療法](#) [検索](#)

