



2019 September 令和元年 9月号

<http://fujiiionken.com>

20

ホームページ
移設しました

声が若返るトレーニング

声が年をとるといふこと④

滑舌の衰え

舌が動かないことによって、ついつい言葉が少なくなってしまうたり言葉が足りなくなったりし、不要な誤解を受けることもあります。歳を重ねることによってどんな方でも舌の動きはどうしても悪くなっていきます。これは年齢とともに筋力が劣えていくのと一緒です。

しかし、年齢に応じた運動をすることによって、筋力の衰えは抑えることができます。運動のやり方を正しく指導してもらったり、その運動を根気強く続けたりすることで、劣えていた筋力が回復するのです。これは発声においても同じです。目的にあった筋肉を鍛えることで、発声する力も回復し、高まっていきます。まさに「発声はスポーツ」なのです。

つづく

♪ 京便り ♪

7月28日のアンサンブルコンサート、楽しんで演奏できましたか？ 本番ってドキドキしますよね～。自宅では上手に弾けるのにな～と思った人、その時の気持ちを思い出しながら本番も演奏するといいですよ。それが深呼吸と軽い体操が心身の緊張をほぐします。是非試してみてくださいね。

冬の音楽会ですが、なかなか会場確保が難しい状況です。年内はちょっと無理かもしれません。お弾き初めになるでしょう。

SPIEL

浜崎保育園 おんがくしましょ 9月6日(金)10:00～

朝光苑 音楽療育セッション 9月6日(金)14:15～



あさかの逸品

安心・安全のこだわりをカタチに

15 **メゾン・ド・ブルミエ キャロツティーン**

地元朝霞の高耕農園の無農薬にんじんと、芳ばしいフレッシュバターと共に焼き上げたマドレーヌです。香料や着色料を使わない優しい味わいは、小さなお子様からご年配の方までどなたでもご満足いただける逸品です。朝霞のお土産として大変重宝するマドレーヌです。

営業月～土 10:30～20:00 日・祝日 10:30～19:00

休不定休 TEL 048-474-7611

住朝霞市西弁財1-10-25-108



<発行元>朝霞市商工会



9月生まれ

園田恵玲奈さん・伊東真優さん
深澤 悠さん・渡辺有菜さん



<問題>ビゼー(1838-75)は、どこの国の作曲家？
①オーストリア ②フランス ③ドイツ
かいたら先生に出してね！

おさらい

ほんそうな うた なに 伴奏無しで歌うことを何というでしょうか？

答：①アカペラ

おしえて！(ぼらオクキック)

ちくわに、マヨネーズ



をたしたらオイシイよ
おためしあれ！

+ Cooking (ぼらオクキック)



こんかいは梅干しです。
〇〇をプラスしたらオイシイ？
みんなでオイシイを見つけよう！



19.9 キリトリ
こたえ () 梅干しに () を

なまえ [

たしたらオイシイよ！]