

笑顔いきいきボイストレーニング

声の健康教室

最近、こんな声のお悩みはありませんか？

声のかすれや
誤嚥性肺炎が
気になる

高音が
出しにくい

むせやすく
なった

前ほど歌えなく
なった

言葉が聞き
取りにくいと
言われる



2025年

日程

- ① 2月17日(月)
- ② 3月17日(月)
4月以降も開講予定

11:00~
12:00
(要予約)

受講料
各回1,500円
(初回のみ1,000円)

会場

さらら仁川北館3Fプレイルーム

阪急仁川駅東改札口すぐ

講座の内容

- ・発声時の姿勢チェック
- ・息の送り方→声を出すタイミングについて
- ・腹式呼吸と→お腹の底から声を出す
- ・身体を使って楽に声を出す方法
- ・誤嚥性肺炎予防トレーニング など

お待ちして
おります♪

楽しみながら
喉を鍛えましょう!!



京極小百合
(ピアニスト)

田中寛子
(音楽健康指導士)



- ・大阪府北部コミュニティーカレッジ ボイストレーニング 講師
- ・大阪府服部緑地都市緑化植物園声のトレーニング教室 講師
- ・国内外のクルーズ船エンターとして健康音楽教室を開催など

お申込み・お問い合わせ

くつろぎミュージック合同会社

TEL 06-7175-0065

URL kutsurogi-music.com/

お友達追加を
お願いします▶



ホームページ↓