

## あじさい大学コース（相模原市民限定）

### 【対面開催】健康音楽：コーラス～笑顔で歌って健康仲間作り！～

★会場：おださがプラザ 所在地：相模原市南区南台3-20-1 ラクアル・オダサガ4階  
※小田急小田原線 小田急相模原駅下車 北口駅前すぐ

身体は楽器です。健康で伸びやかな声を出すための身体作り、腹式呼吸や発声の基礎を学びます。声を出す事で身体全体の循環が良くなり、楽しく歌う事で心も豊かに健康になります。多くの仲間と共に声を合わせて歌う喜びを是非味わって下さい。

曲目は、皆さんよくご存知の童謡・唱歌等、コーラスは簡単な輪唱から始めます。内容のCDも作成し、自宅で聴いて復習もできますので、音符が分からなくても大丈夫です。

【受講料】 1,900円

【受講料以外の費用】 1,000円

【時間・場所・定員】

- 9:30～11:30
- おださがプラザ 多目的ルーム
- 定員30名

【その他】

- 音楽について、全くの初心者（楽譜が読めないなど）でも大丈夫です。
- 動きやすい服装でお越しください。
- 持ち物：筆記用具
- 教材費として初回に1,000円を徴収します。当日現金をご持参ください。欠席されても返金いたしませんのでご了承ください。

【講師】 指揮者・声楽家 大沼 ケイ

【開講日と内容】（全6回）

- ① 10月 3日（月） 美しい健康な声作り（呼吸法）
- ② 10月17日（月） 美しい健康な声作り（発声法）
- ③ 10月31日（月） 美しい健康な声作り（発語法）
- ④ 11月14日（月） コーラスの楽しみ
- ⑤ 11月28日（月） コーラスの楽しみ
- ⑥ 12月12日（月） コーラスの楽しみ