

# あなたの 声 を磨く

## 発声基礎 トレーニング in 東京

Voice Training  
Speaking Skills

2014

9 / 23 (祝)

【午前講座】09:30 ~ 12:30

【午後講座】13:30 ~ 16:30

※ 午前と午後は同じ内容です。  
ご都合の良い回をお選びください。

### 内容

いまさら聞けない腹式呼吸  
喉で喋らない方法をトレーニング  
声の幅を拓ける方法  
通る声の出し方をトレーニング  
滑舌改善トレーニング  
緊張を落ち着きにかえるコツ

自分の声を録音、話し方のクセを  
知り、フィードバックを受けます

共催：オフィス今岡

みとみっく Meet the Music

## 少人数での丁寧なトレーニング

本講座は、声を磨き、声で印象を好転させたい、表現力を向上させたい人にうってつけの少人数を大切にしたい一回完結の講座です。話すスキルのひとつとして「声」に注目。発声や表現に関するワークを通じて、自分の声の可能性を拓け、強みに高めます。一回5名限定ですから、少人数で丁寧にトレーニング。その人自身が持つ「声」を磨き、説得力と表現力のある話し方を集中して学びます。「声」をもっとよくしたい!と思う方なら、どなたでもご参加いただけます。

### 【こんな方に】

- ☆ 人の前に立っても緊張せず堂々と話したい方
- ☆ のどで話していて、すぐに声を嚔らしてしまう方
- ☆ 滑舌を直したい、今より声量をアップさせたい方など

### 【ファシリテーター】

#### 橋爪大輔 ボイストレーニング担当

児童青少年演劇を生業にする劇団に 2009 年より勤務。役者として 4 年間で 400 ステージの舞台経験を積んだ後 2014 年に独立。現在スタジオオソコ・ボイストレーナー。演劇ワークショップ講師アシスタント。若い世代の混声合唱団「アンサンブルエバン」指揮者。西日本初の音楽ワークショップのプロ『みとみっく Meet the Music』代表。



#### 今岡まゆみ 話し方トレーニング担当

航空会社で客室乗務員として 17 年勤務し、2004 年に社会保険労務士、その後、産業カウンセラー、キャリア・コンサルタントに。行政機関で 6 年間勤務し、2007 年独立開業。大阪大学ワークショップデザイナー育成プログラム（10 期）修了。現在、研修、ワークショップを中心に活動中。『オフィス今岡』代表

【定員】各回先着 5 名様

【参加費】御一人様 12,000 円（税込）

【持ち物】寝転んでもいい服装

ヨガマットのような敷物（あればOK）

【会場】あんさんぶる荻窪 第二会議室

住所：〒167-0051 東京都杉並区荻窪 5 丁目 15-13

アクセス：JR中央本線荻窪駅西口下車（南側）徒歩3分

### 【ご予約・お問い合わせ】

imaoka1717@gmail.com

件名に「発声講座」とお書きの上、メール内に  
【1】お名前【2】携帯連絡先【3】メールアドレス  
【4】午前希望 or 午後希望 をご記入ください。  
お気軽にお問い合わせくださいませ。