

# 話し声が変わる！ 心と体が喜ぶ声の講座

【日時】2025年5月11日(日) 10時～12時

【場所】麻生市民交流館やまゆり 2階会議室

【受講費】無料

【講師】阪井 芙美 (麻生区在住)

## ◎ 講座内容

カラダを軽く動かして、心身をリラックス。  
とてもわかりやすい腹式呼吸を身につけましょう。  
そして、笑顔で気持ちよく声を出していきましょう。  
なにもしなければ、20代後半から筋肉と一緒に心身はおとろえていきます。「声が思うように出ない」「自分の声が好きではない」方も、安心してご参加ください。何歳からでも、声はどんどんよくなります！  
楽しく、元気になる講座です。



## ◎ 講師プロフィール

歌手・発声法トレーナー

神戸女学院大学 人間科学部 を卒業。

9つの性格タイプ分析「エニアグラム」講師、  
心理カウンセラー、保育士を経験。二児の母親。  
心身健康に、素直に自分が望む人生を楽しめる人が  
増えるように、講座やライブなどを開催しています。

受講受付開始：2025年4月1日(火)より

定員：30名

申込み・問合せ：麻生市民交流館やまゆり

Tel. : 044 951 6321 Fax. : 044 951 6467

申込方法：裏面の申込用紙に氏名・連絡先を記入して  
ご来館、または Fax. でご提出ください