

64. アンチエイジングイキイキボイス[®]科木曜コース 講師:江本あきこ先生
【木曜日講義予定表】

学期	回	月	日	曜日	講座数	午 前		午 後	
						テーマ	内 容	テーマ	内 容
1 学 期	1	8	月	①	★ ①入 学 式 & オリエンテーション (合同、大阪国際会議場)				
	-	11	木	休					
	2	18	木	1	腹式呼吸で身体スッキリ、目はパッチリ①	はじめに/身長測定/写真撮影/歌う姿勢	自己紹介、年間学習・行事予定等の説明、各種役割の説明と役割分け		
	3	25	木	2	腹式呼吸で身体スッキリ、目はパッチリ②	腹式呼吸	高大オリエンテーション	委員長以下、各クラス委員の選出 遠足の検討と案出	
	4	9	木	3	腹式呼吸で身体スッキリ、目はパッチリ③	1人ずつ腹式呼吸のアドバイス	自主活動	遠足の先行確定	
	5	16	木	4	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ①	アゴスッキリaiueo体操①	〃	遠足の最終連絡	
	-	23	木	休					
	6	30	木	②	★ ②遠 足				
	7	6	木	5	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ②	顔の筋肉ボディーマッピング アゴスッキリaiueo体操②	自主活動	各班での、自主活動に向けての検討や練習	
	8	13	木	6	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ③	呼吸トレーニング	〃	ボランティア経験談①	
	9	20	木	7	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ④	歌詞をはっきり伝える母音体操①	③社会への参加活動	ボランティア経験談② 準備活動(活動事例研究)	
	-	27	木	休					
	11	4	木	8	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ⑤	母音体操で♪茶摘みを歌う	自主活動	担当班が当日の自主活動を推進	
12	11	木	9	歌詞をハッキリ、あごもスッキリ(まとめ)	歌詞を心に届ける方法	〃	担当班が当日の自主活動を推進		
13	18	木	10	響く声と素敵な笑顔があなたのものに①	高音が出るようになる体操(頭編)	〃	担当班が当日の自主活動を推進 「コーダイ健康まつり」エントリー期日		
	8	夏 休 み							
2 学 期	14	9	19	木	11	響く声と素敵な笑顔があなたのものに②	高音が出るようになる体操 (1人ずつのアドバイス)	自主活動	担当班が当日の自主活動を推進 フェスタへの参加内容の検討
	15	26	木	12	響く声と素敵な笑顔があなたのものに③	高音が出るようになる体操(A0関節編)	〃	「コーダイ健康まつり」の参加競技説明 フェスタへの参加内容の決定	
	16	3	木	13	響く声と素敵な笑顔があなたのものに④	高音が出るようになる体操(あご編)	〃	フェスタの練習① 「コーダイ健康まつり」の参加競技打合せ	
	17	10	木	14	響く声と素敵な笑顔があなたのものに(まとめ)	悲しい声、柔らかい声、 嬉しい声、真っ赤な色の声	〃	フェスタの練習② 「コーダイ健康まつり」の最終連絡	
	18	16	水	④	★ ④ コーダイ健康まつり(服部緑地陸上競技場)				
	19	24	木	15	べろ体操で滑舌と嚙下力UP①	牛乳チェック/嚙下チェック/べろチェック	自主活動	フェスタの練習③	
	20	31	木	16	べろ体操で滑舌と嚙下力UP②	べろ体操①②	〃	フェスタの練習④	
	-	5	火	午後					
	21	7	木	17	コーダイフェスタに向けて		自主活動	フェスタの練習⑤ フェスタの最終連絡	
	22	13	水	⑤	★ ⑤コーダイフェスタ (豊中市立文化芸術センター)				
	-	14	木	休					
	23	21	木	18	自主企画講座		自主活動		
	-	28	木	休					
24	5	木	19	べろ体操で滑舌と嚙下力UP③	喉の構造と嚙下体操	自主活動	社会参加活動の内容検討		
25	12	木	20	べろ体操で滑舌と嚙下力UP④	歌う時の滑舌が良くなる体操(舌根編)	〃	成果発表の練習① 社会参加活動の内容決定		
26	19	木	21	べろ体操で滑舌と嚙下力UP⑤	歌う時の滑舌が良くなる体操(舌背編)	〃	成果発表の練習②		
		冬 休 み							
3 学 期	27	9	木	22	べろ体操で滑舌と嚙下力UP⑥	歌う時の滑舌が良くなる体操(舌先編)	自主活動	成果発表の練習③ 社会参加の最終連絡	
	-	16	木	休					
	28	23	木	⑥	★ ⑥社会への参加活動				
	29	30	木	23	べろ体操で滑舌と嚙下力UP⑦	唾液腺マッサージと 滑舌トレーニングで潤いのある声へ	自主活動	成果発表の練習④	
	30	6	木	24	べろ体操で滑舌と嚙下力UP(まとめ)	牛乳チェック・嚙下チェック・べろチェック (まとめ)/写真撮影	〃	成果発表の練習⑤	
	31	13	木	25	まとめ	学習のまとめ/録音	〃	成果発表の練習⑥	
	-	20	木	休					
	32	27	木	26	学習成果発表会				
	33	7	木	⑦	⑦修了式				
	34	6	木	⑧	★ ⑧・⑨卒業旅行(1泊2日)				
35	7	金	⑨						
授 業(自主講座、成果発表会含む)						26(講座数数列数値の1~26)	自主活動	22	
学 習 事 業(①~⑨)						10(講座数数列数値の①~⑨)	★印は校外(教室不要)	2023/09/18 2023/12/12 2024/01/11 ※ 2024/03/20改訂	
合 計						35			

注) 1. 日程、カリキュラム内容等は、都合により変更になる場合があります。