

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

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)				
	2	9	火	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	16	火	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	
	4	23	火	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	遠足の検討と案出	
	-	30	火	休					
	-	7	火	休					
	5	14	火	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	自主活動	遠足の行先確定	
	6	21	火	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	〃	遠足の最終連絡	
	7	28	火	②	★ ②遠 足 (1)				
	8	4	火	6	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ③	呼吸トレーニング	自主活動	各班での、自主活動に向けての検討や練習	
	9	11	火	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	〃	ボランティア経験談①	
	10 11	18 25	火 火	8 9	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	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)	
	12	2	火	9	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ(まとめ)	歌詞を心に届ける方法	自主活動	担当班が当日の自主活動を推進	
13	9	火	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	10	火	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	
	-	17	火	休					
	15	24	火	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)	自主活動	「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	1	火	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	8	火	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、柔らかない声、 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	
	-	15	火	休					
	18	17	木	④	★ ④コーダイ健康まつり				
	19	22	火	15	声と身体のゆがみ①	身体のゆがみチェック(はじめに)	自主活動	フェスタの練習③	
	20	29	火	16	声と身体のゆがみ②	声が出しやすくなる姿勢(前後)	〃	フェスタの練習④	
	21	5	火	17	声と身体のゆがみ③	声が出しやすくなる姿勢 (1人ずつのアドバイス)	フェスタ合同練習	火・水・木曜 合同練習(コプラザにて)	
	22	12	火	18	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	
	23	13	水	⑤	★ ⑤コーダイフェスタ (豊中市立文化芸術センター)				
	24	19	火	19	自主企画講座		自主活動	社会参加活動の内容検討	
-	26	火	休						
25	3	火	20	声と身体のゆがみ④	歪みを矯正する体操①	自主活動	成果発表の練習① 社会参加活動の内容決定		
-	10	火	休						
26	17	火	21	声と身体のゆがみ⑤	歪みを矯正する体操②	自主活動	成果発表の練習②		
					冬 休 み				
3 学 期	27	14	火	22	声と身体のゆがみ⑥	足指ストレッチで腹筋発声法	自主活動	成果発表の練習③ 社会参加の最終連絡	
	28	21	火	⑥	★ ⑥社会への参加活動				
	29	28	火	23	声と身体のゆがみ⑦	身体のゆがみチェック(まとめ)	自主活動	成果発表の練習④	
	30	4	火	24	声と身体のゆがみ(まとめ)	写真撮影、身長測定	〃	成果発表の練習⑤	
	-	11	火	休					
	31	18	火	25	まとめ	学習のまとめ/録音	自主活動	成果発表の練習⑥	
	32	26	火	26	学習成果発表会				
	33	7	火	7	⑦修了式				
	34	4	火	⑧	★ ⑧卒業旅行(1泊2日)				
	35	5	水	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	21	
					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 2024/01/10 ※	
					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。