

63. アンチエイジングイキイキボイス®木曜コース科 (2025年度)

【木曜日 授業予定表】 講師：江本あきこ

					午 前		午 後		
回	月	日	曜日	講座数	テーマ	内 容	自主活動	内 容	
1 学 期	1	7	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	4	17	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 クラスオリエンテーション	
	3		24	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(理事長によるコーダイの理念、目標等説明:映像) 終了後班役割分担説明	
	4		8	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	クラス仲間づくり	班各担当・班長決定 各担当別会議(代表者決定他)
	5	5	15	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	〃	クラス委員長決定、第1回遠足先行検討
	6		22	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	〃	みんなで語り仲良くなろう 「私の経験談、趣味、特技」懇親会
	7	8	5	木	6/②	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ③	呼吸トレーニング	②社会への参加活動(準備活動)(活動事例研究)	
	9	6	12	木	③	★ ③遠 足			
	10		19	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	クラス仲間づくり	みんなで語ろう (授業の感想など)
	11		3	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	イベント対応	健康まつり説明 参加対応検討
	12	7	10	木	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	〃	フェスタ概要説明・クラス発表区分 (展示・演芸)検討
	13		17	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)	〃	フェスタのクラス発表内容(展示か演芸か)決定
		8				夏 休 み			
2 学 期	14	9	18	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)	イベント対応	コーダイフェスタ発表内容検討
	15		25	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(AO関節編)	〃	〃 〃
	16		2	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)	〃	健康まつり参加準備 コーダイフェスタ発表準備
	17	10	8	水	④	④コーダイ健康まつり(日程、場所は未定)			
	18		16	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	イベント対応	コーダイフェスタ発表準備
	19		23	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	〃	〃 〃
			4	火	-			フェスタ合同練習	火・水・木曜クラスの合同練習
			5	水	-			フェスタ合同練習	火・水・木曜クラスの合同練習
	20		6	木	16	コーダイフェスタに向けて		フェスタ合同練習	火・水・木曜クラスの合同練習
	21	11	19	水	⑤	⑤コーダイフェスタ(豊中市立文化芸術センター)			
	22		20	木	17	べろ体操で滑舌と嚙下力UP②	べろ体操①②	活動テーマ検討	自主活動テーマ検討
	23		27	木	18	べろ体操で滑舌と嚙下力UP③	喉の構造と嚙下体操	〃	班別活動テーマ検討
	24		4	木	19	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)	〃	〃 〃
25	12	11	木	20	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)	〃	〃 〃	
26		18	木	21	自主企画講座		活動テーマ発表	自主活動テーマ発表会、校外学習報告会等	
					冬 休 み				
3 学 期	27		15	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)	成果発表会対応	成果発表会内容検討
	28	1	22	木	⑥	⑥社会への参加活動・・・(仮日程;1学期～3学期の間に活動日を1回設定)			
	29		29	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	成果発表会対応	成果発表会準備
	30		5	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	〃	成果発表会準備
	31		19	木	25	まとめ		〃	成果発表会準備仕上げ
	32	2		26		学習成果発表会			
	33				⑦	⑦修了式			
	34	3	5	木	⑧	⑧・⑨卒業旅行(1泊2日)			
	35		6	金	⑨				
	授 業(自主企画、成果発表会含む)					26(講座数列1～26)			
学 習 事 業 (① ～ ⑨)					9(講座数列①～⑨)				2024.11.8
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。