

6 2 . アンチエイジングイキイキボイス®科水曜コース （2026年度）

【 水 曜 日 授 業 予 定 表 】 講 師 ： 江 本 あ き こ

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	4	6	月	❶★	❶入 学 式（大阪国際会議場）				
	－		8	水	休					
	2		15	水	1	腹式呼吸で身体スッキリ、目はパッチリ❶	はじめに/歌う姿勢/身長測定/握力測定 写真撮影	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		22	水	2	腹式呼吸で身体スッキリ、目はパッチリ❷	腹式呼吸	コーダイオリエンテーション 終了後班役割説明		
	－		29	水	休					
	－	5	6	水	休					
	4		13	水	3	腹式呼吸で身体スッキリ、目はパッチリ❸	1人ずつ腹式呼吸のアドバイス	自主活動	・班各担当・班長決定 、遠足行先検討	
	5		20	水	4	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ❶	アゴスッキリaiueo体操❶	〃	クラス委員長決定、各担当別会議	
	6		27	水	5	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ❷	顔の筋肉ボディーマッピング アゴスッキリaiueo体操❷	〃	班別テーマ検討	
	7	6	3	水	❷★	❷遠 足（日程変更可 1学期中に実施）				
	8		10	水	6	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ❸	呼気トレーニング	自主活動	班別テーマ検討	
	－		17	水	休					
	9 10		24	水	7/❸	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ❹	歌詞をはっきり伝える母音体操❶	❸社会への参加活動（準備活動）（活動事例研究）		
	11 12	7	1	水	8	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ❺	母音体操で♪茶摘みを歌う	自主活動	班別テーマ検討	
	1 2		8	水	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	〃	フェスタのクラス発表テーマ内容検討	
	－		15	水	休	夏 休 み				
	－		22	水	休					
	－	29	水	休						
	－	8			休					
		－	8	2	水	休				
		－		9	水	休				
2 学 期	13	9	16	水	10	響く声と素敵な笑顔があなたのものに❶	高音が出るようになる体操（頭編）	自主活動	健康まつり説明 参加対応検討	
	－		23	水	休					
	14		30	水	11	響く声と素敵な笑顔があなたのものに❷	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	コーダイフェスタ発表準備	
	－	10	7	水	休					
	15		8	木	❹★	❹コーダイ健康まつり（日程・場所 未定）				
	16		14	水	12	響く声と素敵な笑顔があなたのものに❸	高音が出るようになる体操（A0関節編）	自主活動	コーダイフェスタ発表準備	
	17		21	水	13	響く声と素敵な笑顔があなたのものに❹	高音が出るようになる体操（あご編）	〃	コーダイフェスタ発表準備	
	18		28	水	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	〃	コーダイフェスタ発表準備	
	19	11	4	水	15	自主企画講座	自主企画講座（日程変更可）	〃	コーダイフェスタ発表準備	
	20		11	水	16	コーダイフェスタに向けて❶		〃	コーダイフェスタ発表準備	
	21		18	水	17	コーダイフェスタに向けて❷		〃	コーダイフェスタ発表準備	
	22		26	木	❺★	❺コーダイフェスタ（豊中市立文化芸術センター）				
	23	12	2	水	18	声と身体のゆがみ❶	身体のゆがみチェック（はじめに）	自主活動	班別テーマ検討	
	24		9	水	19	声と身体のゆがみ❷	声が出しやすくなる姿勢（前後）	〃	班別テーマ検討	
	25		16	水	20	声と身体のゆがみ❸	声が出しやすくなる姿勢（1人ずつのアドバイス）	〃	成果発表会内容検討	
	26		23	水	21	声と身体のゆがみ❹	歪みを矯正する体操❶	〃	成果発表会準備	
	－			30	水	休	冬 休 み			
	－	－	6	水	休					
	3 学 期	27	1	13	水	22	声と身体のゆがみ❺	歪みを矯正する体操❷	自主活動	成果発表会準備
		28		20	水	❻★	❻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		27	水	23	声と身体のゆがみ❻	足指ストレッチで腹筋発声法	自主活動	成果発表会準備
30		2	3	水	24	声と身体のゆがみ❼	下顎のポジション調整	〃	成果発表会準備	
31			10	水	25	声と身体のゆがみ（まとめ）	写真撮影、身長測定、握力測定 身体のゆがみチェック	〃	成果発表会準備	
32			17	水	26	まとめ	学習のまとめ/録音	〃	成果発表会資料まとめ	
33				24	水	27	学習成果発表会			
34					❷	❷修了式				
35		3	3	水	❸★	❸・❹卒業旅行（1泊2日）				
36			4	木	❹					
授 業（自主企画、成果発表会含む）						2 7（講座数列 1 ～ 2 7）		2025/12/12		
学 習 事 業（❶ ～ ❹）						9（講座数列❶～❹）				
合 計						3 6				

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。