

62. 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	①	★	①入 学 式 (大阪国際会議場)			
	-		8	水	休					
	2	5	15	水	1	腹式呼吸で身体スッキリ、目はパッチリ①	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②	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					
	4	6	6	水	休					
	5		13	水	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	・班各担当・班長決定、遠足行先検討	
	6		20	水	4	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ①	アゴスッキリaieu体操①	"	クラス委員長決定、各担当別会議	
	7	7	27	水	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 アコスッキリaieu体操②	"	班別テーマ検討	
	8		3	水	②	★	②遠 足 (日程変更可 1学期中に実施)			
	9		10	水	6	歌詞をハッキリ、アゴもスッキリ③	呼気トレーニング	自主活動	班別テーマ検討	
	10		17	水	休					
	11	8	24	水	7/③	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 (準備活動) (活動事例研究)		
	12		1	水	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	班別テーマ検討	
	-		8	水	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	"	フェスタのクラス発表テーマ内容検討	
2 学 期	-	7	15	水	休					
	-		22	水	休					
	-		29	水	休					
	-	8			休	夏 休 み				
	-		2	水	休					
	-		9	水	休					
	13	9	16	水	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)	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	コーダイフェスタ発表準備	
	-	10	7	水	休					
	15		8	木	④	★	④コーダイ健康まつり (日程・場所 未定)			
	16	11	14	水	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)	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④	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①		"	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②		"	コーダイフェスタ発表準備	
	22	12	26	木	⑤	★	⑤コーダイフェスタ (豊中市立文化芸術センター)			
	23		2	水	18	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	班別テーマ検討	
	24	12	9	水	19	声と身体のゆがみ②	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③	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④	歪みを矯正する体操①	"	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⑤	歪みを矯正する体操②	自主活動	成果発表会準備	
	28		20	水	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		27	水	23	声と身体のゆがみ⑥	足指ストレッチで腹筋发声法	自主活動	成果発表会準備	
	30	2	3	水	24	声と身体のゆがみ⑦	下頸のポジション調整	"	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	27			学習成果発表会				
	34		7			⑦修了式				
	35	3	3	水	⑧	★	⑧・⑨卒業旅行 (1泊2日)			
	36		4	木	⑨					
授 業 (自主企画、成果発表会含む)						27 (講座数列 1 ~ 27)				
学習事業 (① ~ ⑨)						9 (講座数列 ① ~ ⑨)			2025/12/12	
合 計						36				

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。