

シュクル通信

2019年6月号

【編集・発行 vol. 56】
(株)ボイスクリエーションシュクル
一般社団法人日本声磨き普及協会
発行責任者 佐藤恵
令和1年6月1日

「100万人の声磨き」9/23@埼玉会館、開催決定！

歯磨きのように毎日続ける声磨き



私達は声磨きが歯磨きのように当たり前に行われ、コミュニケーションの架け橋となる声のチカラで日本中が元気になれる世の中を目指しています。10年後には日本人の1%の100万人が声を磨いている社会を実現させる第一歩として、全国一のスピードで高齢化が進み、高齢者向けサービスの需要が飛躍的な高まりを見せる埼玉県でキックオフ開催します。今回はシュクル通信読者の皆様に開催決定のご一報をさせていただきます。

声は元気のバロメーター、声を磨き、喉を鍛え、心も身体も健やかに！

実は喉には、人間が生きるために重要な3つの機能【呼吸】【嚥下】【発声】が集中しています。ですから、喉を鍛えることはいきいき長寿に不可欠です。健康意識の高まりや健康寿命延伸の社会の動きの中で、声を使って喉を鍛えるというトレーニングを提案します。また、誤嚥性肺炎の急増が社会問題化している昨今、誰でも簡単により組むことが出来る喉を鍛える声磨きで誤嚥を予防し、いきいき長寿社会実現に向けて健康声磨きを広く知っていただく機会にしたいと思います。

従来の健康づくり・介護予防では主流の健康体操でもない、ウォーキングでもない、新たな切り口がこれからの社会問題の解決の一つとなる「喉を鍛える健康声磨き」。アクティブシニアの皆さまの心と身体の健康づくりとQOL向上応援はもちろんのこと、心身ともに充実しているけれども実は声帯の老化が始まっている40・50代の皆さんにこそこれからの長い人生を考えるうえでこれからの人生設計の下支えともなり得る喉を鍛えることと声のアンチエイジングに関心を持っていただきたいと切に願っています。簡単にできる喉と声のケア方法がわかります！ご来場の皆様にはトレーニングシートをプレゼントいたしますので、毎日続けることが出来ますよ！9/23当日は是非埼玉会館に足をお運び頂き、リアルな体験を通して声磨きの素晴らしさをご体感ください！！

今後「100万人の声磨き」の開催を積み重ねながら、声磨きの実践者を日本中に増やしていきます！さらには、今後大きな役割が期待される分野である健康をテーマとしたビジネスに取り組む関係機関・団体・事業所と連携を図り協働で、拡大するシニア市場での“ヘルスケア”に関わる新たな声磨きサービスを創出できる日を夢見しています。

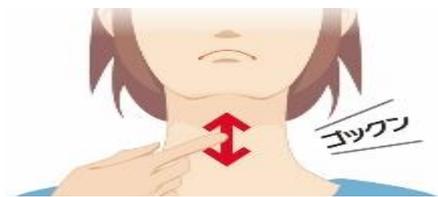
【100万人の声磨き】

会場：埼玉会館小ホール（さいたま市浦和区高砂）

日時：2019年9月23日（月祝） 10:00開場 10:30開演

●ホワイエでは、健康声磨き展示ブース・喉年齢テスト・声のお悩み無料相談コーナーなどを企画予定。
●ホールでは、【のどを鍛える声磨きでアンチエイジング&いきいき長寿！】と題して、「喉を鍛える重要性」について地元浦和のとくまる耳鼻咽喉科・徳丸裕院長と代表佐藤の対談、健康声磨きトレーニングを皆さんと一緒に体験、3分間声磨き体操のお披露目、などなど声磨き満載の1時間を企画予定。

・健康リテラシーの高いアクティブシニア・声のアンチエイジングが気になる方・声のかすれや出づらさを感じている方・滑舌が悪くなってきたとお悩みの方・元気な高齢者向けの健康ビジネスに取り組んでいる事業者の方・ヘルスケアに興味のあるサービス事業者の方・テーマに関心のある事業者の方他、皆様のご来場をお待ちいたしております。皆様のご理解とご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。



声磨きの先生デビュー、素晴らしい第一歩に！

●大谷講師

3月末に声磨きインストラクター認定試験に合格した大谷講師が先日、ボイスマスター2級クラスにてデビュー。社内研修講師をしているだけあって講座の雰囲気作りはさすが！会社で部署を代表した大きなプレゼンを控える生徒さんに、緊張した場面でも安定した声の出し方を伝え、「落ち着いてプレゼンを行うイメージがついた！」と生徒さんのモチベーションの向上に貢献しました。



●栗田講師

大谷講師と同期の栗田講師はさいたま市針ヶ谷公民館で健康声磨き講座30名のシニアを前にデビュー。大学や企業での研修講師の経験を活かし、大勢を前にしても堂々と振る舞う姿はプロ！参加者皆さんの表情がとて明るく豊かになって、「来てよかった！」と口々に喜んで帰っていく姿に、声磨きの素晴らしさを改めて実感した、と。声磨きの先生のやりがいをかみしめたデビュー戦でした



【マダム健康声磨きサロン開講】 シュクル通信購読者様からのご紹介で入会金 10,000 円が無料！

毎月第4月曜日 13:30~15:00 定期開催 ★女性限定・少人数 いつまでも若々しい素敵なお声でいたい方へ

- ☑若々しい声で印象アップ！
- ☑表情が明るくはつらつと！
- ☑気分がスッキリする！
- ☑二重アゴがスッキリ！
- ☑姿勢が良くなる！
- ☑お喋りが楽しくなる！
- ☑朗読のスキルアップに！
- ☑歌声が出やすくなる！

呼吸法・発声法・姿勢・フェイスストレッチ・口元トレーニング・滑舌トレーニング等、

毎回90分間の声磨きとオリジナルハーブティーで心も身体も脳もリフレッシュ♪

英国アンティーク家具に囲まれた落ち着いたサロンで、楽しくアンチエイジングしませんか。

- ・会場：シュクル声磨きサロン・受講料：3,000円(税込)/回 入会金：10,000円(税込)
- ・講師：(一社)日本声磨き普及協会認定声磨きインストラクター 栗田英理子

※要予約 お問合せ：シュクル事務局 048-829-9624



声を活かして社会に貢献！【「声磨きの先生」という働き方オンライン説明会】開催中

Zoom オンライン会議システムを導入し、時間と場所の壁を破りました！ 全国から受講生がどんどん増えています。自宅に居ながら全国どこからでも参加できる！ あなたのスマホが、PCが会場です。

発語発声機能が向上するだけでなく、健康にも、美容にも、メンタルヘルスにも効く「声磨き」の先生になって、声のチカラで日本に元気する仲間を募集しています。声を活かして社会の役に立ちたいとお考えの方は

【「声磨きの先生」という働き方オンライン説明会】にご参加を！<https://koemigaki.com/instructor>
シュクル通信購読者様は説明会無料ご招待させていただきますので、お気軽にご参加ください。

“良い声”にはインコも反応する…！？ 【びっくりエピソード】

2級を受講中のNさんの息子さんが5年前から飼っているコザクラインコは息子さんの声にはいつも嬉しそうに反応するのに、Nさんには全く懐いてくれませんでした。シュクルに通い始めて少し経ったある日、

「抜けの良い響きのある声を磨くトレーニング」を自宅で声を出しながら復習していると、驚きの出来事が…。なんと、インコがその声に反応して息子さんに出すようにうっとりしながら高い声で囀り始めました！響きのある声が出来ていることが分り、自信にもつながり、自宅での自主練に励むNさんでした。シュクルにもインコを置いたらいいかも、ですね(*^^*)



【編集後記】急な気温の上昇に身体が追いついてくれない今日この頃、もう日傘も活躍しています。紫外線対策は今からです。令和は日傘男子も増えそうですよ♪ (事務局)



(株)ボイスクリエーションシュクル <https://vcsucre.com>

(一社)日本声磨き普及協会 <https://koemigaki.com>

〒330-0062 埼玉県さいたま市浦和区仲町 1-15-1 エスプリ浦和 103/201

TEL: 048-829-9624 FAX: 048-829-9634 メール: info@vcsucre.com

