



令和6年 3月 1日発行

塩山東公民館だより

館長
主事

岩下 洋
桜井恵子

TEL
TEL



ボイストレーナーによる

発声練習をしませんか！

日常生活の**声を維持**するため、**肺活量を強化**するため、**代謝アップ効果**を期待

令和6年3月16日(土) 午前10時30分
ら1時間30分程、専門家によるボイストレー
ナーにより、東公民館に於いて、発声練習をして
頂けるそうです。

発声練習をすることにより、身体全体に緊張
感や弛緩状態を繰り返し、内臓を刺激し、血流
が良くなり、代謝アップ効果が期待できます。

又、肩こりの解消やアンチエイジングなど、
身体への良い効果が期待できます。
正に、生きる力を生み出します。

日 時：令和6年3月16日(土曜日)
午前10時30分～12時頃

場 所：塩山東公民館 1階ホール
服 装：飲み物、フェイスタオル、
動きやすい服装

費 用：2,000円(教材費として)

申 込：3月10日(日)迄
定員(20名)になり次第締め切ります
館長岩下まで

TEL

— 講座内容 —

正しい姿勢や呼吸法、発声法などの基礎か
ら本格的な歌唱技術まで、プロの音楽家によ
るボイストレーニングを体験し、体感と
横隔膜を鍛えて、肺活量・発声力の向上
を図ります。

発声力を整えて最後に合唱してみま
しょう！



声が若返る！

講師 近藤 愛 先生

4歳の頃からピアノを始める
桐朋学園大学短期大学部ピアノ
科卒業 同年 桐朋学園大学音
楽学部演奏学科声楽科2年次編
入学同校卒業

同校音楽学部研究科声楽科入学
研究科3年次修了

NY Juilliard School

Vocal Repertory

Opera Workshop 修了



声を出すのが
楽しくなる！



令和6年度(2024年度) 年間教室利用準備

		塩山東公民館 (ホールと和室は2区分にもなります)													
		月		火		水		木		金		土		日	
		ホール	和室	ホール	和室	ホール	和室	ホール	和室	ホール	和室	ホール	和室	ホール	和
1週	午前	塩寿会		押し花サークル		童謡の会									
	午後	円友会			囲碁の会			しおのやまハーモニカ	吾妻会						
	夜			火曜会											
2週	午前														
	午後	円友会		いきいき健幸隊	囲碁の会			しおのやまハーモニカ	吾妻会		フラサークル				
	夜			火曜会										大菩薩山の会	
3週	午前					童謡の会									
	午後	円友会			囲碁の会			しおのやまハーモニカ	吾妻会						
	夜			火曜会											
4週	午前					下東健幸隊									
	午後	円友会			囲碁の会			しおのやまハーモニカ	吾妻会		フラサークル				
	夜			火曜会											
5週	午前														
	午後	円友会			囲碁の会			しおのやまハーモニカ							
	夜			火曜会											

- * いきいき健幸隊 2025年2月25日(火)は第4火曜日に実施
- * 年度の変わり目に、東公民館運営委員と利用者代表者との協議会を実施して、新年度の年間計画を立てます。各曜日に空きがありますので利用希望者は3, 4人以上の賛同者を募り申し込んで下さい。

ホール、和室、図書室、料理室も利用できます。

1階ホール



30名前後利用可

2階和室



30名前後利用可

1階調理室



8名前後可

2階図書室



8名前後可

俳句教室(塩寿会)の皆様の作品



飛行雲音なく伸びて春隣

三枝 茂男

一粒の豆に願いを卒業なり

小池 幸子

節分や満つる父の声鬼は外

中村 操

あらこらに豆まきの声ひびく闇

吉田 功子

節分は向う三軒魚焼く

河村ひさ子

焼き芋の車めかけて子等つどい

小沢 一恵

飢えし日の昭和思い出よかしいも

内田 朗子

入れ歯たて焼き芋くらうおきなかな 常泉 仁志

老木に見い出す力梅の花

沢登 昌弘

