



池川明先生と学ぶ!
講演者のためのボイトレ
3回シリーズ講座!

歌唱目的ではなく、講演やスピーチに役立つボイトレを行います。
池川先生との問答をご覧いただく公開講座形式です。

- ① **10/31(金)18:00**
18:00…一品持ち寄り懇親会、ボイトレ相談会
19:00…概論/腹式呼吸/共鳴腔
 - ② **11/17(月)18:00**
18:00…一品持ち寄り懇親会、ボイトレ相談会
19:00…子音/母音/滑舌/抑揚
 - ③ **11/27(木)17:30**
17:30…話すリズム/状況に合わせた声の
バリエーション/透る声とは
19:30…一品持ち寄り懇親会
20:15…**統合医療実践者Zoom公開講座**
(池川先生と秋久保監督)
- 参加費: 通常 5,000円 会員 2,000円
申込はサークルスクエアから [詳細20ページ](#)



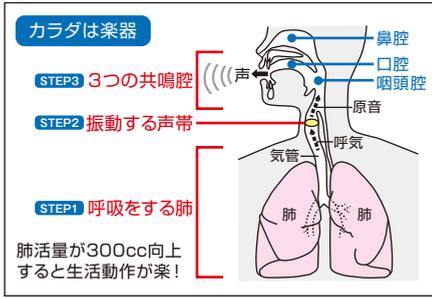
2025年4月18日 第8回大会



講座中は和やか。
笑って免疫力UP!

カラオケに100回行っても歌はほとんど上達できません!
回数ではなく、上手くなるためのコツがあります。

- 習得できる技術**
1. 誤嚥性肺炎予防
 2. 歌唱向上
 3. 発話・スピーチ力向上
 4. 身体機能の向上
 5. 免疫力向上
 6. 認知症予防が含まれます。
(脳機能・聴力・嚥下・呼吸・発話・血流 他)



- 音痴の原因を解明! 誰でも上達できて新しい声の発見ができます!
- アイドルから演歌歌手まで! 3時間あれば歌唱上達できます!
- 肺活量が300cc以上増えます!
※片方の肺活量は6400cc

2025年 本気のボイトレ! 第四期生 トレーニング

昼の部 14:00~16:30 (一品お茶菓子持ち寄り)

※「後半カラオケ」とは、後半に近くのカラオケ施設で実践します。
昼2,500円・夜3,500円

- 10月 6日(月) 概論・基礎トレ
- 10月20日(月) 3つの共鳴腔と腹圧
- 10月27日(月) 声帯の使い方と音域
- 11月10日(月) toshiさんや小田和正さんのような澄んだ声のコツ&後半カラオケ
- 11月17日(月) 尾崎豊さんの晩年の歌い方のコツ&後半カラオケ
- 12月 1日(月) 秋川雅史さんのようなたくて力強いピブラートの作り方のコツ&後半カラオケ
- 12月 8日(月) リズム

フォロー用のFacebookグループページ▶

夜の部 18:00~20:00 乃木坂ウェルネスルームでトレーニング
20:00~20:30 懇親会(一品お惣菜持ち寄り)

- 10月 6日(月) リズム
- 10月20日(月) 測定会
(音域、肺活量、子音アタック、リズムほか)
- 10月27日(月) ミックスボイス
- 11月10日(月) ウィスパーボイス
- 12月 1日(月) 発表曲仕上げ
- 12月 8日(月) 概論・基礎トレ

希望者がいれば終了後カラオケ

★12月22日(月) 18:00~22:00 『第四期 望年会』
コートダジュール目黒西口店 VIPルーム
8,000円(パーティー料理&120種類 飲み放題付)

ヴォイストレーナー
片平健一郎
金沢公会堂にてボイトレ講師として
幾つかの発声法



発表会

第10回 2025年12月5日(金) 18:00~21:30 (17:30開場)



特別ゲスト
歌唱あり!

脳外科医 篠浦伸禎 先生

脳外科医師。篠浦塾理事長。脳の覚醒手術では、トップクラスの実績を誇る。著書多数。詳しくは <https://shinoura-juku.com/>

- 前半** 18:30~19:30
◆片平式ボイス トレーニング実践
◆エンターナーによる歌唱
- 後半** 20:00~21:30
◆モノマネディナーショー (片平による15種の発声法)
◆ゲスト 歌唱&トーク
◆投票集計発表 上位者は豪華景品

参加申し込み 飲み放題&料理付きの価格です!

銀行振込は [こちら](#) 振込先 三井住友銀行 高田馬場支店 (普)4413809 カ)ホリスティックウェルネス

クレジットカードでの [お支払はこちら](#)

- ★歌唱エントリー参加/12,000円(定員があるため先着順)
・優秀者は豪華景品! ・生バンド演奏で歌唱! ・上記トレーニングスケジュールの中から参加をお願いします。
 - ★歌唱エントリーなし
 - 一般 7,500円(当日払いは8,000円)
 - 会員 5,500円(当日払いは6,000円)
 - ※ボイトレ受講し放題 破格の月額2,200円!
- 会員登録はこちら
※乃木坂ウェルネスルームいずれかのプランへ登録いただければ、会員価格となります。



東京都目黒区下目黒2-23-2
エストラゴ目黒B1 目黒カフー
<http://kahoo-meguro.com/map.html>

アルコール飲み放題、パーティー料理付き!