



エンゼル・ヴォイス通信

令和5年 8月
(2023年)

会報41号



ご あ い さ つ

暑い毎日です。会員の皆様、お元気ですか。

祇園祭も多くの観光客を迎えて7月17日三年ぶりに、京の町中を「前祭り」山鉦巡行が行われました。私もテレビで拝見し、神事を脈々と受け継ぎ、歴史を繋いで来られた日本人の底力を感じ、文化伝承されている日本の心を、誇りに思いました。うだるような暑い1日でした。しかし、その後にやってきた今まで経験したことのない線状降水帯が日本列島に甚大な被害をもたらしました。水害にあわれた方々には、心よりお見舞いを申し上げます。

近頃はいたるところで地震が起き、コロナに続いて天変地異が始まったようで「日本の舵取りを間違えるナ！」と神仏から警告されているのかも・・・と、心配です。

以前にも書きましたが、私は13歳より仏教学校にご縁があり、入学式で数珠を手に毎月ご法話を聞いて多感な時期を過ごしました。人の心は神仏にも繋がるし地獄にも繋がるという「心の運転」の大切さを学びました。

「一日一生と生きて生きること。そして毎日生かされていることに感謝すること。感謝は報恩を生む。先祖やすべての人々のお陰で今の自分がある。その恩に報いる生き方をすること。感謝・報恩を忘れず生きて行きなさい。」と教えて頂きました。この思想は日本人の心の底にみな流れています。自分にできることを忍耐強く継続し、まずは3年、7年、10年、20年と励み続けていけば必ず人のお役に立てる時が来る。私はこれを信じてマエストロ・アンドレア・バランドーニに学び続けました。そして、少しでも学んだことを人々のお役に立てたいとコツコツ伝え続けてきました。

後期高齢者の仲間入りをさせて頂いた今、多くの会員の方々とご縁を頂き、ともに丹田式発声法を日本中に伝えるスタート地点に立つことができました。私を信じてついてきて下さった講師の方々の力を借りて、ユーチューブで「今までの歩み」が発表され、オンライン配信（またはオンデマンドDVD）され、丹田式呼吸法と発声法の入り口を日本中に伝えることが可能となりました。



そこで会員の皆様にお願ひがあります。

同封のチラシを作成しました。1枚入れてあります。どうかご興味をお持ちの方に差し上げて下さいますようお願いいたします。チラシはたくさん刷りました。お入り用の方は何枚でも講師にお申し出くださいませ。私の思いを綴ったものです。多くの方にお知らせ頂ければありがたいです。宜しくお願ひいたします。

7月20日 門前啓子

今年も、ならリビング主催セミナーをいたします。

1時間半の丁寧なレッスンです。

お知り合いの方々、

丹田や発声に興味をお持ちの方、

声や健康に困っておられる方に、

このチャンスに是非、声をおかけください！

ならリビング ブラッシュ アップ Brushup セミナー

申込方法

各セミナー、教室参加ご希望の方は、〒住所、名前、電話番号、参加人数、希望日時、各必要事項を明記し、下記のいずれかの方法で、お送りください。

はがき：〒630-8686 奈良市法華寺町2-4、
奈良新聞社ならリビング「〇〇(希望講座名)」あて
HP：「ならリビング」で検索 FAX：0742-32-2775

※応募多数の場合抽選。

参加しませんか？

※実施日の5日前になっても案内が届かない場合は、必ずご連絡ください (☎0742-32-2118)。
※定員は状況により変更する場合があります。



※個人情報は予めお客様からご了解をいただいている目的及び当該業務以外では使用いたしません。

ならリビング ヘルシー&ビューティーセミナー

エンゼル*ヴォイス®セミナー

“リキミ”を取る究極の健康法



丹田式呼吸法・発声法で 身体も心も健康に!

正しい呼吸法・発声法を学び、心身ともに健康になりましょう。門前啓子さんが生み出した呼吸法は、丹田を意識することで横隔膜を無理なく動かし呼吸筋を鍛える方法。声帯を傷めず、健康や落ち着き、自信など心の安定も得られます。教師や講師、営業など声を使う仕事の人や、声が出にくいと感じている人、コーラス好きの人にもおすすめです。この呼吸法の創設者である門前啓子さんに直接指導いただける貴重な体験講座です。日曜開催もありますので、お勤めの方もぜひご参加ください。



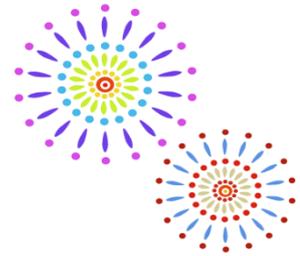
【実施日時】①8月30日(水)10時~11時30分
②9月3日(日)10時~11時30分

【参加費】1人2000円(税込)

【場所】丹田式発声学園前教室 (奈良市学園北1-1-12和幸ビル3階 近鉄学園前駅すぐ。駐車場なし) 【定員】各回20人

講師 一般社団法人「丹田発声協会」理事長 門前啓子さん

相愛女子大学音楽学部声楽学科声楽専攻卒業。声楽家として多数の演奏会に出演する声のメカニズムを学ぶため演奏活動を中止し、アンドレア・パランドーニの門下に。30年に渡りベルカント唱法を研究し、声の基本は正しい丹田呼吸にあると体得。2010年に一般社団法人「丹田発声協会」を設立



学園前教室（土曜日クラス）の声

声を使う仕事に従事されている方から、「トレーニングを続けている事で喉の調子が良いです！」とのお言葉を頂きました。

他の方からは「健康の為に通っています。ここに来ると癒やされます。」との声。

また、最近新入会の仲間が数名増え、新しく入会された方からは、「教室に来るとフワッと柔らかい声に包まれる様でとても心地好いです。」と嬉しい声が…。

そんな時、長年トレーニングに通ってくださっている会員さんからの「それは、幸せホルモンだね！」との一言に「ほんとほんと、そう！そう！・・・」とクラス全体に笑顔が溢れました。

そんな事があった次の週の朝、「おはようございます！先生ラブレター！」とこんなに素敵^{うた}な詩を頂戴し、宝物として大切にさせて頂いています。

丹田に 想いを込めて 今日もまた

幸せホルモン モークモク

毎土曜日、会員のみなさまのお陰で皆さんの声に癒やされ、私自身が心身のお掃除をさせて頂いている思いで感謝しています。

25年程前に門前先生に出逢わせて頂いた事、そして丹田式呼吸法・発声法を会員のみなさまと共に学ばせて頂けている事は、私の人生の宝物です。

これからもこの宝物を大切に精進して参りたく思います。

本部講師 川村 理恵子



☆学園前教室開設 10 周年記念発表会に参加して



- ・ 門前先生から、トレーニングを、受ける機会ができて良かったです。
歌声が、ホール一杯に響いて歌に包まれているような気持ちになり、詩を伝えるような発声法に感動しました。これが言霊の威力と感じました。ホールに、響く歌声が、2か月経った今も、心の中に聴こえます。 R. N

- ・ 今回発表会に参加させていただき、歌声が重なるハーモニーの美しさが、とても心に残りました。たくさんの声が合わさっているのに、まるで一つの音のように耳に心地よく優しい響きはいつまでも聴いていたいような、なんとも言えない良い気持ちになりました。また普段は個人でレッスンを受けているので、自分と同じように練習している方がたくさんいらっしゃるのが実感できて、子どものような感想ですが、一緒に声を出せてとても楽しかったです。貴重な機会を作ってくださった門前先生をはじめ、先生方や準備に携わってくださった皆様、本当にありがとうございました。 M. I

- ・ 丹田式発声法を習っておられる方が色々な発表をされていて、特にフラダンスでも 丹田が大切で、腰痛の方にもフラダンスが良いとか、それがインパクトがありました。 また男性の方がこの発声を活かして、声を良くされているのが分かりました。 M. N

- ・ 門前先生の柔らかい声に導かれ、門前先生のレッスンを受講できてとても良かったです。
- ・ 会員の皆さんの演奏を聴いて、本当に語るように歌われていて、高い声もスーッと楽に出されている様に感心し、自分が今後レッスンを続けて行く励み・目標になりました。
- ・ 丹田式呼吸法・発声法が歌に限らず楽器演奏や詩吟・語りやフラダンス等々、様々なジャンルに活かされている事を知り奥の深さを感じました。 (明石市の教室より)

- ・ 門前先生は永遠の女学生の雰囲気「丹田式発声法」というのが、門前先生を象徴していると思った。
- ・ 会場が平らなので、少しでも舞台を作ってほしかった。
- ・ オーナーさんの発表、心地よかった。もっと聴いていたかった。
- ・ 門前式発声法で、だんだん声がよくなくなったのがわかってよかった。
- ・ 特技コーナーでは、いろいろなことで門前式呼吸法・発声法が使えていた。
- ・ 特技コーナーのプログラムの順番が良かった。時間も長く感じなかった。
- ・ 先生のレッスンが受けられて良かった (多数)
- ・ 当日は都合で行けなかったが、皆さんの感想を聞いて行きたくなった。
- ・ この発声の合唱は一般の合唱と違うことがはっきりわかった。(数名)
- ・ 講師合唱が聴きたかった。

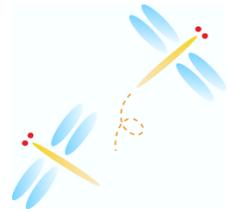
(イタ勉、E・V 合唱で発表された方々)

- ・ マスクのおかげで緊張しないでリラックスできた。
- ・ 合唱の合同練習 (学園前と桜ノ宮) があって良かった。
- ・ 当日本番前に一度でも合わせたかった。本番は気持ちよくできた。 (小崎教室より)



山崎先生の子供達

(亀岡市立川東学園 小中一貫校)



8年生 (中学2年)

丹田式発声法の練習をして前にも楽に大きな声が出せるようになったし、音程もわかるようになった。練習は毎時間しているけれど、いまもやり方が分からないので、しっかり練習をしてコツをつかんでいきたいと思った。丹田式発声法は高い音もだしやすくなるので、合唱などにとても役立つと思う。丹田から音を出すとおなかから空気がでる感じがして上手く音が出た。丹田式発声法は苦手なので自分なりに音が出にくい。極端に高いのはだしやけど、中途半端な音が苦手なので、そのだし方を知りたいと思った。丹田式発声法によってだせる高さの音も増えたのでそれは成果だと思う。これから、と練習をしてたくさん音が出せるようにしていきたいし、合唱でいかしたい。

声が低くなって、高い声が出にくくなって、あまり歌を歌うのがおもしろくはなかったけど、高い声は息をつかって歌うことで出したり、丹田式発声法で曲の息づかいや息づきの場所を意識してできたことで、少しは歌を歌う抵抗感がなくなったり、歌を歌うのが楽しくなりました。丹田式発声法をすることで腹から声を出すと空気がもどってくる感じが分かるようになりました。また、息を多くつかうことは、地声でなくしたり、低い音を出しやすくなると思いました。息を多くつかうので、息づきのとらえ方をミスってしまうと、声が出にくくなるので次からはそこを意識していきたいです。息づかいの調節もしていきたいです。



9年生 (中学3年)

最初はやり方がよく分からなかったけど、回数が増える内にできるようになっていった。この発声法は授業だけでなく、全校合唱やクラス合唱でもとても重要なことだし、大切なことだと実感した。毎日の歌練習の時は意識して歌い、良い感じで歌えるように努力した。この発声法を学んで、今まで歌っていた歌とはまた別のものになったと実感した。これから高校で歌を歌うかは分からないけど、学んだことを無駄にせず、存分に生かしていきたい。

私が初めて発声をした時、けっこう自分かと思っていた印象と違いました。(それまでは、声をだすだけ長く出すことだけが発声かと思っていました。)自分にとって難しいと感じるものもありましたが、回数を重ねることによってだんだん上達することができるようになりました。この発声を活かして、歌で大きな声や高い声が出すようにもなりました。特に高い声が大きく、美しく出た時はとてもうれしく、楽しかったです。発声で大事な点だと感じました。また、昔の歌などは普段あまり聞かない歌を歌う時も、歌えるのが不安にはなりましたが、丹田を意識するだけで、けっこう変わりました！(歌を歌った時、発声を含め、色々なことを考えていたとき、ありがとうございました。)



♪エンゼルヴォイス合唱団・イタリア歌曲勉強会へのおさそい♪

丹田式発声法を使って、どなたでも自然かつ楽に日本の歌、歌曲、またはイタリア歌曲を歌えることを目指しています。

体得が進んでいきますと、ヴォイストレーニングだけでは飽き足らなくなってきます。この発声で本格的な合唱の響きの中に自分の声を同調させ、一人では味わえない幸せな時間を皆さんで楽しんでみませんか？この発声を学び続けているからこそ味わえる豊かな時間です。

丹田式発声法の自然な呼吸と息を声につなげ、りきみのない優しい声で歌を歌えることを多くの方に経験していただきたいと思っています。選曲は、この発声法で声を育てながら歌曲につなげていけるように1曲ずつ選択し、ゆっくり時間をかけて無理のない練習をしていきます。丹田式発声法を一定期間学ばれた方ならどなたでも参加いただけます。

参加していただく条件は下記のとおりです。

- 1) エンゼルヴォイス合唱団は、月3回レッスンを2年以上継続の方、合唱団の響きに早く馴染んでいただくために、個人レッスンが含まれると望ましいです。
- 2) イタリア歌曲勉強会は、個人レッスンを含む月3回レッスンを3年以上継続の方、またグループレッスンでも10年以上継続の方を目安としております。

講師宅でも3名以上でレッスンを始めていただけます。ご希望があれば担当講師にご相談ください。

各教室の団員の皆さまともいつの日か、舞台上で集合しともに歌いましょう。

男声団員の方もたくさんお集まりいただけることを願っています。



♪ レッスン日時 ♪

*エンゼルヴォイス合唱団	レッスン料	¥2,200-
学園前教室	第3月曜日	10:30~11:30
茨木大手町教室	第4月曜日	13:30~14:30
*イタリア歌曲勉強会	レッスン料	¥3,300-
学園前教室	第3日曜日	11:00~12:00
	第4月曜日	11:00~12:00
桜ノ宮教室	第4月曜日	11:00~12:00





お知らせ



🌸 8月のレッスンについて 🌸

8月12～15日はお盆休みにさせていただきます。

桜ノ宮教室の集合レッスンは12日(土)も行います。

個人レッスンについては、レッスン日を担当講師にお尋ねください。

学園前教室							○ 印		桜ノ宮教室		京都教室	
日	月	火	水	木	金	土						
		①	2	3	④	⑤			土		土	
6	⑦	⑧	9	10	⑪	12	12		5			
13	14	15	16	17	⑱	⑲			19			
20	⑳	㉑	23	24	㉕	㉖	26		26			
27	㉘	29	30	31								



🌸 検定試験 🌸

門前先生から直接ご指導いただける又とない機会です!!

丹田式発声法=門前式発声法を学んでいる方なら、どなたでも受検していただけます。ご自身の習熟度確かめる良い機会です。初心者からベテランの方まで、どうぞ奮って挑戦してください。

日時: 9月13日(水) 14日(木) 17日(日) 20日(水) 21日(木)
……………いずれも午後 13:00~16:00

場所: 学園前教室

受検料: 11,000円(税込) 申し込み締切: 8月20日

☆検定1級修得者特別集合レッスン

日時: 9月24日(日) 11:00~12:00(時間に変更になる場合があります)

受講料: 11,000円(税込) 申し込み締切: 8月20日

詳細のご案内・申込用紙は、担当講師にお尋ねのうえ、お受け取りください。



★ インストラクターへのお誘い ★

インストラクター資格について

インストラクターとは

丹田式呼吸法を正しく伝える指導者です

丹田発声協会の認定する「インストラクター」は、門前式発声法の基礎（呼吸法と起声）を正しく伝え、多くの方の声・心・体を育て、人生をより豊かにすることができます。

♪ インストラクターになることで呼吸や発声の世界が広がります ♪



インストラクターの活躍の場は様々です

朗読、詩吟、ヨガ、演劇、ボランティア活動等に取り入れていただくことができます。

今の仕事に門前式呼吸・発声法を活かすことはもちろん、指導することで学びが深まり、自分自身の声・心・体が磨かれていきます。



エンゼル・ヴォイスを使ったレッスンができます

インストラクター資格を取得することで、門前式発声法の上達に欠かせないエンゼル・ヴォイスを使用した丹田式呼吸法のレッスンを開講することができます。

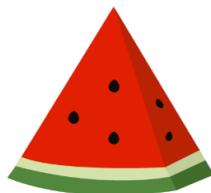
エンゼル・ヴォイス（特許取得済）

二種類のインストラクター資格

インストラクター資格には、「インストラクター」、「上級インストラクター」の二種類があります。ご興味のある方は担当講師にお声がけください。詳しい資料をお渡し致します。

■2023年度 受験日時：11月29日（水）11:00-12:00

■申し込み締め切り：11月20日（月）



会報作成スタッフ 岡 雅美 後藤悦子 塩見智永子 杉本夏子 堀江久子