



## エンゼル・ヴォイス通信

令和7年 12月  
(2025年)

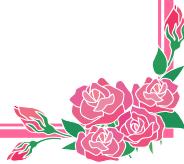
会報48号

### ごあいさつ

11月に入り、急に寒くなってまいりました。暑い夏の日が長く続いただけに体が大変です。自律神経が乱れやすい時期に、毎週丹田式呼吸法を深めておられる会員のみなさまは、一番の健康法を実践されています。最近「声が若いネ！」とか「元気そうですね！」と言われたことはありませんか？「声は健康のバロメーターです」と昔よくお話をさせていただいたましたが、まさに丹田式呼吸法と発声法の体得が進んでくると、体の軸が整います。知らないリキミがとれて自然体で生きられ、「声と心と体」を年齢を重ねるごとに深めることができます。混沌としたこの時代、自分で自分を磨いて、自分の人生を自家発電できる正しい丹田式呼吸法・発声法を手に入れていただきたいと思います。そして、体得できた人から他の方々に伝えて、人助けをしていただきたいと思います。

先日10月と11月の2回に渡り、中野先生と木村先生によるインストラクターになるための勉強会を開きました。最近丹田を使った呼吸法が現代医学の世界で取り上げられ始め、いろんな専門分野のお医者様が呼吸の大切さを語り出しておられます。丹田呼吸が1つのブームになってきたのを感じます。先般のインストラクターになるための勉強会とは、正しく伝え残すことを念頭に、こここの部分を深く掘り下げ指導できる方をお育てる勉強会です。当日はたくさんの会員様にご参加いただき、普段トレーニングしているメソッドの基本中の基本丹田式呼吸法に特化した学びをしていただきました。医学的な方面からのアプローチも試み参考資料を作成し、参加者へ配布いたしました。改めて、ベルカント唱法の基本である丹田式発声法のすばらしさを再認識していただけたことだと思います。メソッドは同じことの繰り返しですが、年を重ねるごとに深く高く、プロの呼吸が身についてまいります。何度も受講して、丹田式呼吸法のプロとしてご活躍していただけるよう講師陣もますます研鑽を積んで、みなさまとともに進化成長してまいります。

愛は情熱と勇気を出せば、人々のためにいくらでも与えることができます。お役に立つことができます。こんなことが学べる教室があることを、お知り合いの方々にぜひお伝えくださいませ。『誰でも気軽に呼吸道場に通って頂けるように！』を心がけてきました。講師の活躍の場確保に、



いろんな現実に、世の中の荒波を知らずに経営をすることになった私ですが、多くの会員の皆さんに支えていただき、いろんな応援もいただき、ここまで来れましたこと、本当に感謝申し上げます。なんとか教室も学園前駅前という恵まれた立地にご縁をいただき、本当にありがとうございます。ただ正しいことを伝えたい、残したい、の思いだけで続けてまいりました。そんな中、今はコロナ禍以降、会員さまも減少。なかなか宣伝をする費用も高騰しているこの時代です。なんとか人数が増えていただけることを心より願っています。会員のお力で学ぶ方々が増えますよう、今回のエンゼル・ヴォイス通信は、たくさん作っておきます。どうかお知り合いのご興味のありそうなご友人に自由にドンドン差し上げてください。

世の中でここしかない呼吸道場へのお知らせを宜しくお願ひいたします。

ご協力のほど、宜しくお願い申しあげます。

門 前 啓 子

追伸； 2026年5月17日（土）和光ビル2階コムズホールにて

「エンゼル・ヴォイス コンサート」を企画いたしました。

案内を同封していますので、是非お気軽にご参加ください。



会員の皆様の  
ご寄稿

呼吸法が教えてくれた 輝く世界

私が門前式呼吸法に出会ったきっかけは家にあった1枚のチラシでした。その頃80歳に近い母の呼吸の浅さ、3歳の孫の寝苦しそうな呼吸を目の当たりにし、呼吸って産まれてから死ぬまで途切れることのない大切なもののなのに、みんな無意識だよなと思っていました。そして実際に門前先生のレッスンを受けてみて、すぐに自分に取り入れたいと思いました。それから、勝鳩先生のご自宅に週1回通いご指導をいただき、年1回の検定試験を受けてきました。エンゼル・ヴォイス合唱団、イタリア歌曲勉強会で学ぶ中、講師先生に憧れ、私もブルーのドレスを着て、先生方の仲間に入りたいと思うようになりました。今年やっとその夢が叶い、講師合唱にドキドキワクワク参加させてもらっています。先日、中野先生、木村先生のインストラクターセミナーを受け、改めて門前式呼吸法のすばらしさと共に、門前先生がいかにコツコツと長い時をかけて、一心に呼吸法を多くの人に伝えるために尽力されてきたのかを知ることができました。

門前先生のいつも前向きで愛情いっぱいの優しい笑顔のうしろにある、強い意思と熱意とすごい指導力を実感しています。そして、今の私があるのは、ずっとそばで私を支えご指導いただいている勝鳩先生のおかげです。憧れの先生方の仲間に入れていることに誇りを持ち、私も伝えていくことのお手伝いができるよう、これからも精進します。

よろしくお願ひいたします。

認定講師 中谷 恵理 元幼稚園・小学校勤務

中谷えりさんは2017年6月に入会されました。そして、ずっと月4回の個人レッスンを続けて来られました。入会されてすぐその年の9月より、検定試験を受け始められました。あれから9年近くになります。今は認定講師として、門前式呼吸法・発声法を伝えていく立場となられました。毎年情熱を持って、コツコツ体得を積み重ねて来られた。まさに『継続は力なり』の言葉どおり、真面目に研鑽を積んでこられた賜物です。今後はこの世のため、人のために伝える認定講師としてのお役目を期待しております。

本部講師 勝嶌 治美



「ちょっと、解ってきました！」

12年前に、歌うことが好きだったので、友人のお誘いを受けて小崎教室の個人レッスン1回、グループレッスン1回に通い始めました

2～3年した頃に、いわゆる「更年期障害（自律神経失調症）」でしょうか？体調が大きく崩れ、病院に行っても「どこも悪くない」と言う事でした。レッスンを休む事も度々で、丹田も上手く使えませんでした。少しましになって、何とか通いだせた時に、「個人レッスンをしっかりした方が良いですよ！」と先生に勧められ、グループレッスンを止めて月3回の個人レッスンに切り替えました。それから、少しずつ体調は回復してきて、4年前から、エンゼル・ヴォイス合唱にも参加しています。

ごく最近は、先生に褒められる時があります。そんなときは、

- 肩の力が抜けている。
- 声を出そうとしないこと。
- 姿勢の重心に気を付けること。
- 丹田に意識を置いておくこと。などに気を付けています。



門前式発声法（＝丹田式発声法）が、少しずつ身に付いてきているような気がします。これからも、楽しみながら続けていきたいと思います。

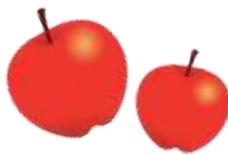
福田 美智子（72歳）元小学校養護教諭

福田さんは、真面目で几帳面な方です。レッスンを始められた頃は、正直、体も声もカチカチさんでした。しかし、とても素直な方で、力が入ったままではありますが、私のアドバイスをいつも率直に聞いて、イメージをしっかり持ちながら、レッスンされてきました。その甲斐あって、最近は力みが少しずつとれて、細いながらも丹田からの息が通った声になってきました。

今日のレッスンで、「福田さん、今の起声は100点満点です！」という、見事な優しい起声ができたのです。そうすると、「ちょっと、解ってきました！」と言われたので、「どう解ってきたのか、エンゼル・ヴォイス通信に書いてちょうだい。」とお願いしてみた所、原稿を書いてくださいました。まだまだ、伸びしろはいっぱいあります。今の調子で楽しく、この発声で歌う『エンゼル・ヴォイス合唱』も益々頑張っていきましょう！

本部講師 小崎 唯

## 門前式発声法と出会えて



私は、大学で声楽を専攻していたものの、4回生の時に声帯に障害を持ち、声枯れ、特に高い声を出す事が出来なくなりました。ポリープではありませんが、「声帯の筋肉自体の弾力性が弱く、伸びてしまった状態になっている」という医師の診断でした。「この先歌う事を続けても、度々このような状態に陥るだろう」と言われ、卒業後は、きっぱりと声楽のレッスンは諦めて、教師の道を選びました。今考えてみれば、中学校教師も喉をかなり酷使するのですが…。幸いポリープができると言う事はなく、決して良く通る声とは言えませんが、だましだまし、生徒たちの歌う音域程度なら歌うことはできていました。

ところで、私が「門前式発声法」と出会えたのは、26年前、45歳の時でした。当時、中学校で音楽科の常勤講師として勤めていました。その同僚に、現在支部講師の後藤先生がおられました。ある日、「この間から、とても自然で、優しい発声の講習会に行ってるの。」という話を聞きました。

学生時代から喉を傷めていた私だったので、後藤先生の情報は大変興味深く、すぐにでもご一緒したいと思いましたが、その当時、地元のPTAコーラスの指導を仰せつかっており、その練習日と講習会の日が重なっていたため、毎回後藤先生の話を羨ましく聞いていました。

その講習会の主宰者こそが門前先生だったので。門前先生は、「日本中の子ども達の声を、天使の声にしたい!」という志を持たれて、それまでは、年に1回、又は不定期に小学校を回って、「門前式発声法」(当時はまだこの名称はありませんでしたが)の講習をしておられました。その後、教師を対象に初めて定期的に講習会を開かれたのが、この講習会だったのです。(門前先生の大学での同級生の菊池先生が企画され、お勤めの小学校の音楽室を借りての講習会でした)

しかし、相変わらず私は参加できず、只々「すごく良いよ!」と言う事を聞くばかりでした。ところが、夏休みになって、違う曜日に講習会をしてくださったのです。私はもう嬉しくて、すぐに後藤先生と共に参加させて頂きました。

門前先生は、とても穏やかで優しく、私が初めて来させてもらった事をとても喜んでくださいました。レッスンは、あれよあれよという間に終わり、心がとても和らいだと記憶しています。その日に、何と先生から、『ご自宅でレッスンをして下さる』というお話があり、

個人でも2人以上のグループでも良いと言う事でした。当時は、隔週で土曜日が休みだったので、その休日の土曜日に後藤先生と2人でレッスンを受ける事にしました。

月2回のレッスンの日はルンルンで茨木から学園前までドライブをし、通う事が苦になつたことなど一度もなく、レッスンの出来ばえはともかく、喉がホッコリ温湿布かマッサージでもしたかのように気持ち良く、それがとても不思議でした。（全く初めての感覚でした）

そのような状態でほんの数年が経ち、私事で教師をやめる事になったのです。その事を先生にお話しすると、「あらー、学校やめるの？」とニコニコしておっしゃり、『研究所の講師にならないか？』というお話を頂きました。今から思えば、その頃の私はこの発声の事は、何一つ解っておらず、只々月2回のレッスンを楽しく通っていただけだったので、とんでもない！「無理です！」とお答えしました。先生は、「このメソッドが素晴らしいので、そのつもりでレッスンを続けてくれていれば、大丈夫！」とおっしゃって、その時点から個人レッスンに切り替えました。

声楽科であったと言っても、声量もなく細い声で、その代わりそんなに癖も無く、そこそこ素直に歌えていると思っていました。しかし、個人でレッスンを受けてみると、しっかり癖を持っていて、それもそう一朝一夕に治ることもなく、そこからが、自分の中での地獄の始まりでした。

思うように息は丹田に戻らない。「ククー」と伸ばすとどうしても喉に力が入り揺れる。「プオアオウ」「マメミモム」になるとホッと一息。また「ヨーヨー」となるとうまく緩まない。スケールでは高くなると喉に力が入り硬くなる…。と課題が山積みの半年あまり経った頃でしょうか？「ポリープの担当講師になってくれない？」と言う先生のお言葉。もう心は右往左往でビックリです。先生は又もや「このメソッドが素晴らしいので誰でも講師は出来ます。大丈夫！」と言われて、見切り発車のように『ポリープ担当講師』となりました。

この頃、学校の教師の講習会とは別に、ピアノの先生を中心に音楽関係者を対象に、心斎橋のヤマハでの講習会がすでに軌道に乗り、毎月の講習会が行われていました。その1期生の生徒さんの中から、既に、第1号、第2号の講師が生まれて、活動を開始されていたと思います。



新米のポリープ担当は、どうしていたのでしょうか？

同じ茨木市内にある実家の2階を借りて、レッスンを始めました。門前先生が1番最初に講習を始められた交野市から、立派なポリープをお持ちのカスカス声の小学校の先生が来られました。昔は応援団もしていて、声の大きさには自信があったのに、50歳を過ぎて急に声が出なくなった、とおっしゃる女性の肝っ玉先生でした。『門前式発声法』の名付け親で

もある、耳鼻咽喉科（音声外来）の文殊先生にすでに受診されていて、手術をしないで『門前式』のレッスンで治すことを勧められ、病休を取るための診断書を出してくださったのです。その第1号の生徒さんは、4月から病休を取り、週2回欠かさず交野から1時間かけて熱心に通われました。

先ずは姿勢、壁ピタ、呼吸…。とゆっくり、1つ1つ丁寧に、生徒さんとの二人三脚で「あっ、そうです！」「あっ、できました！」とうまくいくと、2人で手をたたいて喜んで友達同士のようにやっていたような気がします。良かったのかどうかわからないままでした。しかし、文殊先生に診ていただく度に、少しづつポリープは小さくなり、遂に、1学期の終了を待たずに、完全に無くなってしまいました。『何と言う事でしょう！』状態で、本当にビックリしました。その間、数回門前先生にもレッスンをして頂き、講師共々ご指導を受けていました。しかしここからが大切で、この呼吸法・発声法を身に付けるべくレッスンを続けていかないと、又、自分の出し癖で声を出すと、再発することは目に見えています。夏休みいっぱいは週2回、2学期から学校に復帰されてからは、毎週1回のペースでレッスンを続けられ、以後の再発はありませんでした。学校に戻り、何年かぶりに子ども達と一緒に校歌を歌うことができた！と感動しておられました。

その後この20年余りで、10人を超える『声帯ポリープ、結節』の方が、レッスンに来られ、すべて改善に成功しておられます。

私自身も気管支が弱く、すぐに風邪をひいていましたが、このレッスンのお陰でずいぶん強くなりました。生徒さんの中にも、冬になると何度も風邪をひき、咳がなかなか治らず困っておられた方も、「びっくりするほど、体質が変わりました！」と喜ばれていた方がおられます。

次は教師をやめて、門前式発声法の『ポリープ担当講師』になってから



今日までの、思えば長い道のりをお話します。

『ポリープ担当講師』と言っても、相変わらず「クークー」は中々上手くいかず、何度も先生のお宅のソファーにゆったりと座り、力を抜く練習をしたり、「このままじゃ、ちょっと帰せないなあ…」と思わず先生に言わせてしまった日もありました。

① 初めて、とても嬉しかった日がやってきました。先生のお嬢さんの大学受験が迫り、しばらくの間奈良にレッスン室を借りられてのレッスンがありました。そこからの帰り道に、長ーく、暗ーいトンネルの先に、小さな光が見えたような気がした日があったのです。何故かは忘れましたが、「クークー」がうまくできたのかもしれません。その時の、晴々とした何よりも嬉しかった帰り道を思い出します。

- ② 次は、レッスンを始めて 11 年 56 歳の時のレッスンです。『今までとは全く違う、丹田から伸びた 5 車線一方通行を走り切ったような爽快感。下半身のズシリ感を強烈に感じることができたのです』（丹田式発声法入門より）この時のことばは、手に取るように覚えています。思わず、「ヤー、何かできました！嬉しいです！」とその場で言ってしまい、先生が、「私も嬉しいわ！」と満面の笑みで言ってくださいました。
- ③ そして、それから 15 年後の最近です。71 歳になった今、56 歳の時のあの感動の 2 割増しくらいの丹田からの力強い息に乗せられた声で、メロディーが繋がってくれたのです。その代わり、「こんなにエネルギーが要るものなのかな！」と、我ながらに思わず出てくる力に驚いてしました。
- この 3 回の大きな節目は、私の大切な宝物です。

思い返せば、「講師ではなく、生徒だけで居られたらどんなに幸せだろう…」と何年も思い続けていましたが、気が付けば、この呼吸法と発声法を求めて来られる方々にレッスンをさせて頂いて、心から喜んで帰って行かれる姿を見ていると、門前先生が「私もうれしいわ！」と言ってくださったように、私もとても嬉しく、幸せを感じるようになりました。お教えする事の喜びが味わえるようになっていたのです。

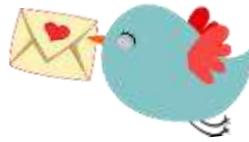
26 年前から人生の方向がスッと変わり、「こんなについている人生は他にはないな!!」と、感謝の気持ちでいっぱいです。

#### [プチ情報]

先日、長野の戸隠神社に出かけました。5 か所の社があり、その 5 社めぐりはかなりの高低差があって、最終奥社へは急な段差で大変でした。そこで、この丹田式呼吸法で「フッフッパー・止・戻す」と歩くりズムに合わせて頑張りました。息の戻りが少しでも高く入ると、途端にしんどくなり、正しく丹田にストンと戻れば楽に進めました。このほんの少しの差が、これほど違うものなのかな！と改めて正しい丹田式呼吸法の威力に脱帽した次第です。



相愛大学音楽学部声楽専攻卒  
中学校音楽科 19 年勤務  
本部講師（ポリープ担当）小崎 唯



## 門 前 啓 子

発声法の基本中の基本、音楽大学卒の声楽家でも、なかなか穿ちいれない発声のメカニズムを、優しくひも解いて日本の子どもたちに伝え残したいという夢を持ち、小学校の先生に伝え始め、また一方では、ヤマハ心斎橋店4階サロンで、音楽専門家へも指導法に取り入れていただければと思い、ヤマハが企画してくださって毎月講習会を開き始めました。この異なる2つの指導のルートを、ひとりでコツコツ伝え始めて出会った方々は、今では数えきれない人数となっています。その中で、熱心に学び続けて、私を信じて集まってくださった中から、現在の丹田発声協会の講師が、多く誕生してきました。この流れを忘れてしまわないうちに（77歳ですから…）会員諸氏と共有したく、このシリーズを企画しました。

今回はポリープ改善を主に担当する本部講師の小崎先生に寄稿をお願いしました。小崎唯先生の寄稿文を読ませていただいて、いろいろと昔のことが思い出されました。小崎先生との出会いは、前号でもお話に出た菊池さんがお世話をしてくれていた頃だったんだナア～と…。菊池さんとは音楽大学の学生時代、ともに合唱クラブを作った仲間で、歌の楽しさを共有しました。忙しい中を毎月1回、勤務されていた小学校の音楽室を借りていただき、東大阪市内、茨木市内、高槻市内など、音楽専科の先生方に、菊池さん自ら声をかけ、私のために多大な力を貸してくれた友人です。

そして、小崎先生や、現在このエンゼル・ヴォイス通信作成の中心を担ってくださっている、前々回寄稿文をくださった後藤悦子先生との出会いも、菊池さんのお陰だったんだと、改めて、今は亡き友人に、心よりの感謝をささげる機会をいただきました。あの頃から、いろんな学校や団体からも講習依頼のお声をいただくようになりましたが、講習終了後、相談にみえる先生方は、必ずと言っていいほど喉に問題を抱えておられました。

以前バランドーニ先生が、宝塚の歌い手の方のポリープが発声で治癒したと話されていたことを思い出し、私なりに基本に立ち返り、その先生方のレッスンをしたところ、懇意にさせていただいていた耳鼻咽喉科の文珠先生もビックリされたほどに、良い症状に改善される先生方が増えてまいりました。「この発声で助かった」と喜ばれている先生方のお姿を拝見してお役に立たせていただきたいとは思いつつも、一人では負いきれず、どなたか手伝ってもらえないかナア～と思っていたところ、ちょうど小崎先生が、職場を替えようかと迷っておられることを知りました。ならば、手伝ってもらおうとお声かけさせていただきました。

最初の頃は、お預けした生徒さんに小崎先生も同行してもらい、生徒さんのポリープに合ったメソッドを選択し、いろいろレッスンさせていただきました。バランドーニ先生から教わった発声法を私なりに解釈し、丹田式呼吸法と繋げていくことで、その方の唇のリキミや舌根のリキミを解きほぐし、本来の元気な声帯に戻られるこの根元の部分は、医学を超えた、人間の自然治癒力の賜物だと思います。耳鼻咽喉科の文珠先生からも、「学校に指導に行くなら先生方に伝えてほしいことがある。今の医学ではポリープは切除するしか、治す道はない」とされている。しかし、この門前式発声法（文珠先生が名付け親）で発声を変えたら、よくなることがわかった。発声を変えることを勧めてください。」と言ってくださいました。しかし、これも私一人ではできないことです。そこで、小崎先生の「奉仕精神とお人柄」に期待して、ポリープ改善の担当をお願いした次第です。

指導開始時の見切り発車は皆さんそうです。当の私もバランドーニ先生のレッスンを受け続けながら、少しずつ伝え続けていくうちに、体系化されたものとなり「門前式発声法」という名を、文珠先生についていただきました。このソフトは本物です。だから、体得を続けていく限り、誰もが指導者としての道に入って行けます。

会員の皆様、人生100年時代を迎えています。長年コツコツと積み上げ体得したこの発声法は、世界でここだけです。皆様も人助けが可能なんです。どうぞ勇気を出していつの日か生涯現役を志して正しい呼吸法と発声法を広げ伝える仲間になってください。

正しくメソッドを使えば、誰でも指導者になれます。

その日が来るのを期待して待っています。

## 文珠敏郎先生の ご紹介

医学博士、小文式音声訓練研究所特別顧問

昭和11年（1936年）大阪市生まれ。大阪医科大学卒業後、京都大学医学部耳鼻咽喉教室入局。その後、奈良県の天理よろづ相談所病院勤務を経て、近畿大学医学部耳鼻咽喉科にて、故・小池靖夫先生のもと、臨床音声の分野において研鑽を重ねる。昭和56年（1981年）大阪市内に耳鼻咽喉科を開設。音声クリニック（音声相談コーナー）を併設して35年、プロ・アマを問わず、多くの声の悩みの解決に尽力する。平成28年（2016年）3月診療所を閉院。



# 「丹田発声協会」

＜エンゼル・ヴォイス合唱団・イタリア歌曲勉強会＞について

門 前 啓 子

エンゼル・ヴォイス合唱団とイタリア歌曲勉強会、この2種の団は、会員諸氏が長年にわたりイタリアベルカント唱法の基本を学び続けて体得が進まれ、そろそろ丹田からの息の圧でリキミのとれた自然な明るい自分の美声に出会い始めた頃、いよいよ歌に昇華して楽しんで頂く為に作った団体です。

毎週1回のレッスンを、継続していく中で、本格的な発声法が身についてきます。唇のリキミが取れ、舌根のリキミが取れ、明瞭な発音が自然と身についてきます。それと連動して声帯のリキミも取れ、丹田からの深い息の柱が育ち呼吸筋も育ってまいります。

年令を重ねれば重ねるだけ、豊かな息に乗った声として歌唱に繋げることができます。歌は、喉声で歌っていては、年を重ねてだんだん声帯も疲れ、声が出なくなります。丹田発声協会で学んでいただいた会員様なら、誰でも、正しい呼吸法にのっとった、豊かな優しい声に育ってまいります。

ぜひ、「イタリアベルカント唱法の基本」を体得した方々が集まって、イタリア歌曲（カタカナ読みで歌えます）や日本の叙情歌を歌う合唱団を、大きく育てていきたいと夢見ています。きっと響きが共鳴し合い、一人では味わえない合唱の醍醐味を味わっていただけることでしょう。

ここに、20年ほど前、エンゼル・ヴォイス合唱団を発足させた時に書いた文章を、改めて載せてみました。

どうぞ、条件を満たされている会員諸氏は、こぞってお集まりください。人数が多ければ多いだけ、響きが共鳴し曲のスケールが大きくなります。

来年5月のコンサートに向かって、多くの団員を募ります。

宜しくお願いいいたします。



## 〈エンゼル・ヴォイス合唱団の目的〉

エンゼル・ヴォイス合唱団は、従来の日本の合唱団とは少し異なる目的、意味合いから発足しました。「正しい丹田式呼吸法とヴォイストレーニングを広める会」とご理解下さい。皆様の中には “長年合唱団で歌っているが、声の出し方が今ひとつわからない” “歌うことが好き” “歌いたいけど声が出にくい” “健康のために丹田呼吸を学びたい” など様々な課題・目的を持たれている方々がおられると思いますが、そういった皆様に丹田式呼吸法と発声法を伝えたい、広めたい会です。

「門前式発声法」＝「丹田式発声法」は門前啓子が長年にわたりイタリアのベルカント唱法を学び、声のメカニズムを理解しやすいようにひもといた発声法です。声をつくるのではなく誰もが持っている生まれながらの美声、自分の本当の声に出会う自然な発声で、透明感のある声に導きます。また健康に役立ち、心が育つ等々多くの要素を含んでいます。「声と息のおそうじ」をすると思って下さい。この呼吸法を少しずつ積み上げていく中で年齢に関係なく自分の本来の美しい声が育つことを体験してください。

エンゼル・ヴォイス合唱団では、声に優しい曲を門前自身が選曲し、研究所認定講師が指導にあたります。30分のヴォイストレーニング後、正しい呼吸にのせて美しい言葉、情景が描かれている日本の叙情歌を ご一緒に歌いましょう。

☆参加していただく条件は下記の通りです。

\*エンゼル・ヴォイス合唱団

月4回レッスンを2年以上継続の方、

また、グループレッスンのみの方は月3回のグループレッスンにエンゼル・ヴォイス合唱団のレッスンをプラスされて月4回レッスンが目安です。

\*イタリア歌曲勉強会

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年以上継続の方が目安です。

☆教室、練習日

\*エンゼル・ヴォイス合唱団

・学園前教室 第3（月） 10：30～11：30

・茨木大手町教室 第4（月） 13：30～14：30

・講師自宅（2名からスタート、ご希望の方は担当講師にお尋ねください。）



\*イタリア歌曲勉強会

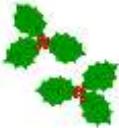
・学園前教室 第3（日） 11：00～12：00

第4（月） 11：00～12：00

・柴島教室 第4（月） 11：00～12：00

・平田教室（自宅・高の原） 第3（水） 11：00～12：00

・講師自宅（2名からスタート、ご希望の方は担当講師にお尋ねください。）



## 年末年始のレッスンについて



**年末** 学園前教室の集合レッスンは、12月27日（土）まで行います。  
**年始** 1月1～5日は、お正月休みです。  
 個人レッスンを受けておられる方は、レッスン日を担当講師にお尋ねください。

### ★集合レッスン

1月 (学園前)  印

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
5	6	7	8	9	10
12	13	14	15	16	17
19	20	21	22	23	24
26	27	28	29	30	31

(柴島)

(京都)

土
10
17
24

土
10
17
24

### ★エンゼル・ ヴォイス合唱団

学園前 1月19日（月） 10:30～11:30

茨木大手町 1月26日（月） 13:30～14:30

### ★イタリア歌曲勉強会

学園前 1月18日（日） 11:00～12:00

1月26日（月） 11:00～12:00

柴島 1月26日（月） 11:00～12:00

経理からの  
お知らせ

### 2026年 年会費振替のお願い。

初回 2026年1月5日 → 1月受講料（再振替1月13日）

2回目 2026年1月9日 → 年会費 ¥2,200

\*1月の振替は2回となります

★受講中の方で、まだ自動振替手続きができない方は担当の講師までお支払いください。

★認定講師さんで生徒さんのおられる方につきましては、生徒さんより手回収の上  
ご自身で送金していただくようお願いいたします。

★ご自身で毎月お月謝を送金されている方につきましては、  
通常の送金先にお月謝と年会費をお振込みください。（合算で結構です）

★年会費の再振替はいたしません。残高不足の方は手回収となります。（手数料220円必要）

尚、休会中の方につきましても年会費はお振替いたします。

注：振替手続き済の方は、こちらで振替しますのでご自身でのお振込みはしないでください。



会報作成スタッフ 岡雅美 岸村佳子 後藤悦子 塩見智永子 杉本夏子