

## 声を支える呼吸のお話

～いつまでも理想の声でいるためのトレーニング～

講師

松本 かおり

杏林大学 保健学部 リハビリテーション学科  
言語聴覚療法学専攻 准教授

声を出すために欠かせないのが「呼吸」です。実は、声の衰えは呼吸の衰えであることも少なくありません。

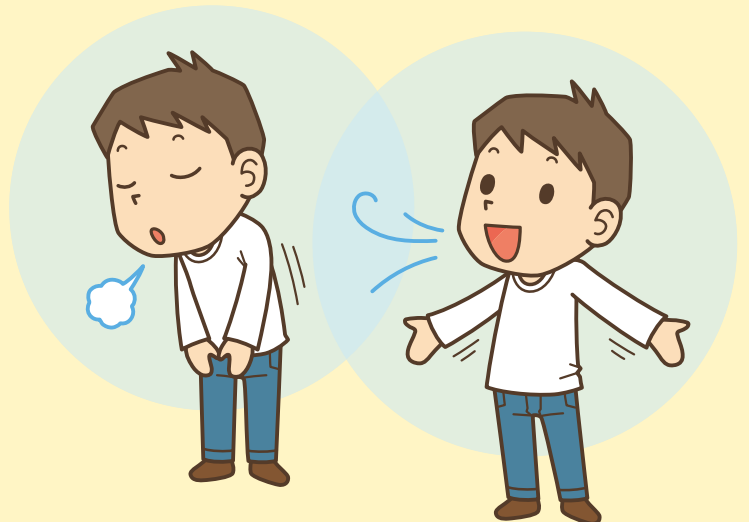
きれいな声で話したい、通る声を出したい、歌をうまく歌いたい——  
そう思っても思うようにいかない方、今こそ呼吸について深く学んでみませんか？

本講座では、発声に生かせる呼吸の仕組みを学び、自分でできるおすすめ  
のトレーニング法をご紹介します。

# 5月12日(火)

## 午後2時～3時30分

会場 三鷹ネットワーク大学  
定員 50人(先着制)  
受講料 無料



お申し込み・お問い合わせ

三鷹ネットワーク大学推進機構

申込期間 ▶ 4月7日(火)9:30～5月10日(日)17:00

電話 0422-40-0313

FAX 0422-40-0314

URL <https://www.mitaka-univ.org/>

郵送先 〒181-0013 三鷹市下連雀 3-24-3 三鷹駅前協同ビル 3階

Web申込はこちらから



地域ケア	<b>杏林大学公開講演会</b> <b>声を支える呼吸のお話</b> <b>～いつまでも理想の声でいるためのトレーニング～</b>	<b>A263</b> <b>1200</b>
------	---	----------------------------

講座趣旨	講座開催概要		
<p>杏林大学の特色を活かして、医療系、人文社会科学系の公開講演会・公開講座を実施しています。</p> <p>今回のテーマは、「呼吸・声」です。</p>	日程	2026年5月12日 火曜日	
	時間	午後2時～3時30分	
	定員	50人（先着制）	
	回数	1回	
	受講料	無料	
	教材	なし	
	難易度	★☆☆	
	会場	三鷹ネットワーク大学	
	申し込み	<input type="checkbox"/> Web <input type="checkbox"/> FAX <input type="checkbox"/> 郵送 <input type="checkbox"/> 窓口 申込受付：4月7日（火）午前9時30分～ 5月10日（日）午後5時	

声を支える呼吸のお話 ～いつまでも理想の声でいるためのトレーニング～	
5月12日	<p>声を出すために欠かせないのが「呼吸」です。実は、声の衰えは呼吸の衰えであることも少なくありません。</p> <p>きれいな声で話したい、通る声を出したい、歌をうまく歌いたい——そう思っても思うようにいかない方、今こそ呼吸について深く学んでみませんか？</p> <p>本講座では、発声に生かせる呼吸の仕組みを学び、自分でできるおすすめのためのトレーニング法をご紹介します。</p>

講師紹介（敬称略）	
<b>松本 かおり（まつもと かおり）</b> <b>杏林大学 保健学部 リハビリテーション学科 言語聴覚療法学専攻 准教授</b>	
日本聴能言語学院 卒業 上智大学大学院 外国語学研究科（現 言語科学研究科）言語聴覚研究コース 博士前期課程修了 リハビリ専門病院、急性期病院、などで臨床経験を積む。	
2017年 目白大学 保健医療学部 言語聴覚学科 専任講師、2024年より准教授 2025年 杏林大学 保健学部リハビリテーション学科言語聴覚療法学専攻 准教授	

## 三鷹ネットワーク大学 受講者登録用紙

\*すでに受講者登録を済まされている方は必要ありません。インターネットでもご登録ができます。

※太枠内の項目は必須事項です。

登録日：西暦 年 月 日

お名前	フリガナ	性別 (任意)	生年 月日	西暦 月 日	年 日
受講者区分 ※該当する番号を1つ選んで○をつけてください。	(1) 【市民】 三鷹市にお住まいの方(学生は除く) (2) 【市民(在勤・在学)】 三鷹市外にお住まいで、三鷹市内の職場・学校に通われている方 (3) 【市民学生】 三鷹市にお住まいの学生の方 (4) 【会員】 勤務先、学校等が三鷹ネットワーク大学の正会員または賛助会員の方 (5) 【一般】 三鷹市外にお住まいの方				

Eメール					
緊急連絡先	携帯電話番号：	携帯Eメール：			

《郵便物の送付先※振込用紙や受講証等のお送り先を、下記から選んでください。》

郵便物送付先	ご自宅	勤務先
--------	-----	-----

《ご自宅》

ご住所	〒 —			
電話番号		F A X		

《勤務先・学校名等》

勤務先名称	※学生の場合は学校名と学部・学科名			
勤務先 部署名	※学生の場合は学籍番号	役職名		
ご住所	〒 —			
電話番号		F A X		

《ご職業等》※職種・業種について該当するものにそれぞれ○をつけてください。

勤務先業種	①官公庁 ②団体 ③教育 ④宗教 ⑤医療 ⑥建設 ⑦金融・保険 ⑧製造 ⑨運輸・通信 ⑩農林水産 ⑪電気・水道 ⑫不動産 ⑬卸・小売 ⑭飲食 ⑮IT・ソフト ⑯その他
職業(職種)	①経営者 ②役員・管理職 ③一般事務 ④営業 ⑤販売・サービス ⑥生産管理 ⑦研究開発 ⑧専門職(医師・弁護士等) ⑨教職 ⑩自由業 ⑪専業主婦 ⑫無職 ⑬その他

《三鷹ネットワーク大学からの情報提供ご希望の有無》

情報提供	希望する	希望しない
------	------	-------

《興味をお持ちの分野》※3つまでお選びください。

1経営・経済学 2歴史学 3法学 4文学 5工学 6教育学 7福祉・医療 8介護・看護 9コンピューターサイエンス 10アジア・アフリカ系言語 11 総合政策 12 国際関係論 13 政治学 14 天文学 15 農学 16 臨床心理学 17 カウンセリング学 18 社会心理学 19 国際コミュニケーション学 20 スポーツ医学 21 マーケティング学 22 人間環境学 23 キャリアデザイン等 24 社会福祉学 25 情報科学 26 情報コミュニケーション学 27 グローバルビジネス学 28 宗教学 29 平和学 30 生物学 31 化学 32 数学 33 教養学 34 建築学 35 その他
--

◆受講者登録について \*すでに受講者登録を済まされている方は必要ありません。

三鷹ネットワーク大学で受講される場合は、受講者登録の手続きが必要です。講座のお申し込みをする前に(講座のお申し込みと同時に)、必ず受講者登録を済ませてください。(性別欄の記載は任意です。未記載とすることも可能です。)ご登録をしていただくことにより、今後お申し込みされる際に、ご住所等、個人情報を記入する手間がなくなります。またインターネットからのお申し込みも可能となります。

◆個人情報について

ご記入いただいたお客様の個人情報は、個人情報保護法に基づいて適切に管理するとともに、受講決定通知および講座のご案内目的のために使用します。

A263  
1200


杏林大学公開講演会

声を支える呼吸のお話～いつまでも理想の声でいるためのトレーニング～

申込用紙

受講者 番号	E から始まる数字 6 ケタをご記入ください。 E _ _ _ _ _ _	申込日	西暦	年	月	日
名前	フリガナ .....	電話番号				

※申込欄に○をご記入ください

申込欄	講座タイトル・講座日程	受講料	受付印
	<p>杏林大学公開講演会 声を支える呼吸のお話 ～いつまでも理想の声でいるためのトレーニング～</p> <p>講師：松本 かおり (杏林大学 保健学部 リハビリテーション学科 言語聴覚療法学専攻 准教授)</p> <p>2026年5月12日 火曜日 午後2時～3時30分</p>  <p>Web 申込みはこちらから</p>	無料	文化・教養

※ファックスでお送りいただく場合には、着信確認のためのお電話をお願いいたします。

電話：0422(40)0313 ファックス：0422(40)0314

[郵送での申込]〒181-0013 三鷹市下連雀 3-24-3 三鷹駅前協同ビル3階 三鷹ネットワーク大学事務局

【ご受講について】

●お申し込みについて

お申し込みは講座前日（前開館日）の午後9時（日曜日は午後5時）で締め切ります。当日のお申し込みは受け付けません。

●受講料のお支払いについて

受講料は、講座の当日窓口でお支払い（電子決済または現金）ください。

●受講のキャンセルについて

- (1) 講座申し込み後にお客様の都合により受講をキャンセルする場合は、至急事務局まで電話でご連絡ください。
- (2) 一度申し込んだ講座を別の講座に変更することはできません。申し込み済みの講座をキャンセルしてから、再度希望の講座にお申し込みください。ただし、講座申し込み期間内のみ受け付けます。

●受講資格について

受講は原則としてお申し込みされた本人のみとさせていただきます。

承認	受付担当