

令和8年度島根県読書普及研修会

声から始まる 健康と笑顔！

～地域・学校・家庭で広がる「音読」のすごいチカラ～

「音読」は子どもからシニアまで手軽に楽しめ、心身を元気に脳も鍛えられる最高の健康法&コミュニケーションツールのひとつです。特別な道具もお金も不要で、薬のような副作用もありません。

本講演では、音読がもたらす健康効果や脳トレの魅力、家庭や学校、地域ボランティア等で無理なく実践するためのノウハウを解説。声を出しやすくする「ハッピーボイトレ体操」も交え、「息をして、声を出して、表現する」楽しさもお伝えします。

日時

令和8年11月26日(木)

13:30～15:30 (受付13:15～)

会場

くにびきメッセ501大会議室

(松江市学園南1丁目2-1)

定員

80名

参加無料

対象： 図書館・学校関係者
福祉関係者 等
その他音読に関心のある方

講師紹介

せんだい まゆみ

千代 真由美氏

声の表現ハミングプロ代表 朗読家

「きいてもらえる声になる！」をキャッチフレーズに、「声・体・心」を整え、音読・朗読・読み聞かせ等で表現する指導を行っている。自身があがり症や虚弱を声で克服してきた経験を生かし開発した声の準備体操「よみ体操」や、著書(絵本)『ハッピーボイトレ 顔の体操』を用いたボイトレ・音読指導が好評を得ている。大阪市在住。

申込

令和8年11月18日(水)締切

しまね電子申請サービスよりお申込みください



問い合わせ先：島根県立図書館 地域支援係担当 椋田 TEL(0852)22-5730

主催：島根県立図書館 共催：島根県図書館協会 島根県公共図書館協議会