

第2回「美的女子塾」のご案内

声が小さい、滑舌に自信がないという方！
声や話し方はあなたが思う以上に、自身の印象を形成します。
実は、声は口だけではなく多くの器官や全身の筋肉によって作られます。
その為に必要な筋肉を意識し鍛え有効的に使っていくと美と健康、
脳の活性化にも効果があります。
呼吸法やプロの発声発音テクニックを学び
あなたの印象をより素敵に変えてみませんか？

Let's ボイササイズ voice & exercise

- ◆日時 2012年11月21日（水） 18:45～20:45
- ◆講師 福島 美智子 氏 株式会社フロインドパートナー講師
- ◆参加費 2,000円（税込）※当日、受付にてお支払いください。
- ◆会場 法政大学大学院新一口坂校舎（東京都千代田区九段北 3-3-9）

皆さ～ん！
Let's ボイササイズ♪

講師のご紹介 福島 美智子 氏

大学を卒業後、ビデオ制作会社にナレーターとして入社。その後、フリーアナウンサーとして独立。NPO法人日本話しことば協会認定講師。仕事で役立つコミュニケーション講座。司会者講座・中国新聞情報センター講師 音声によるコミュニケーション能力のスキルアップを目的とした人材育成研修講師として活躍中。



◆内 容

1. ストレッチ&筋肉を鍛える

◎一見関係ないように思えるかもしれませんが、実は大変重要なことです。
筋肉をほぐし動かせるようになる事がはじめの1歩です！

◎腹式呼吸・発声とハミング

腹筋を上手に使えるようにトレーニングします。

◎舌や唇の筋肉アップ

2. 滑舌練習・発音練習

◎口をしっかり開けて動かし、きれいな発音を調整します。

◎早口言葉を取り入れ楽しくマスター！

◎表情筋を鍛える事で自然と笑顔も輝きます。

当日は動きやすい服装で
ご参加ください。
各自で飲み物・筆記用具の
ご準備をお願いいたします。

☆ご参加の皆様に
フロインド特製
2013年卓上カレンダー
プレゼント！



美的女子塾 参加お申込書 ▲FAX:03-6431-8226▲

参加者お名前		様
勤務先・所属等		
メールアドレス		@
ご連絡先	()	—
ご紹介者のお名前		様

※お申し込み確認後、担当者より会場ご案内等のメールを差し上げます。

※お預かりした個人情報は適切にお取り扱いいたします。

お申し込み・お問合せは…株式会社フロインド美的女子塾受付担当まで

上記お申込書をFAXでお送りいただくか、ホームページからお申込みいただけます。

TEL:03-6431-8225 FAX:03-6431-8226 MAIL: info@freund.jp

URL:http://www.freund.jp

もしくは

[フロインド:]
Freund