

# フリーアナ松坂貴久子の アンチエイジング朗読

人生100年時代・・・健康で若々しく過ごすためにあなたは何を実践していますか？いつでもどこでも手軽にできる健康法は声を出すこと。発声に気を配りながら音読することは、脳トレにもなり健康維持に繋がります。更に姿勢や表情に気を配りながら文章を立体的に表現していく朗読は、聞き手に思いを届ける工夫が何よりのアンチエイジングに繋がるのです。さあ！アナウンサー&朗読家の講師と共に楽しく始めてみませんか？！



松坂貴久子氏

毎回水曜日 午後2時～午後4時

回	月 日	講 義 内 容	講 師
1	2月 7日	声を出してみましよう (音読・朗読の基本)	松坂貴久子氏 フリーアナウンサー&朗読家 元静岡第一テレビアナウンサー NPO 日本朗読文化協会会員 朗読指導者養成講座修了一期生
2	2月14日	朗読を楽しみましよう (朗読を深める)	
3	2月21日	短い朗読をやってみましよう (朗読ミニ発表会)	

会 場 足立区生涯学習センター (学びピア21内)  
(足立区千住5-13-5) 5階 研修室4

受講料 2,000円 (全3回分、初日に会場でお支払い下さい)

定 員 30名 (抽選)

申込方法 ①往復はがき：下記申込先へ郵送下さい

②メール申込：info@gakugaku.main.jp

① ②ともに住所、氏名 (フリガナ)、電話番号、  
「アンチエイジング朗読」と明記してください (連名可)

申込先 〒120-0034 足立区千住5-13-5

問合せ先 足立区生涯学習センター内 あだち区民大学塾事務局  
電話/FAX 03-5813-3759 (平日午後1時～4時)

申込締切 令和6年1月24日 (水) 必着

共 催 NPO 法人あだち学習支援ボランティア「<sup>がくがく</sup>楽学の会」  
足立区・足立区教育委員会

## 交通案内

常磐線・東武線・つくばEx・  
地下鉄

「北千住」駅下車徒歩15分

都バス・東武バス

「千住4丁目」下車徒歩3分

