

特定非営利活動法人(NPO法人)

会報

第七号(年四回発行)

♪ 日本フィジカルボイス協会  
「かのんの会」  
(歌音)

たんぽぽジャパンwith太極拳大成功！！  
第60回武蔵野市民文化祭参加

9月16日(日)



9月16日(日)武蔵野市民文化会館大ホールにて開催された、第60回武蔵野市民文化祭「フェスティバル」に「たんぽぽジャパン」コーラスとして参加しました。今回のテーマは「いのち」。

奇跡の一本松をプログラム表紙に掲げ、復興の続く被災地にエールを届けました。

幕前での吟詠「絆」に続き、指揮・玉澤明人、ピアノ・藤井裕子のもとで「根の歌」と「スタンドアローン」の2曲を披露させていただきました。

「スタンドアローン」は、指導の増岡美奈江先生と生徒の皆さんによる太極拳と、たんぽぽジャパンコーラスとのコラボレーション、という新しい試みでお届けいたしました。

会場いっぱいにコーラス隊の歌声が響く中、太極拳の流れるような美しい動きを披露、総勢100人による壮大なステージとなりました。

大ホールの大きなステージ、多くの観客の前、緊張の面持ちではありましたが、のびのびと、楽しそうな表情で歌ってくださったたんぽぽジャパンの皆さまの顔がとても印象的でした。また、太極拳の方々も初舞台だったそうですが、堂々と舞ってくださり、たくさんの拍手をいただきました。

ステージの最後を飾ったのは、国を離れ、被災したケントが母に向けて書いた手紙のナレーションから始まり、玉澤明人とオペラ歌手ロベルト・ディ・カンディド氏による「母さんの唄」と「ふるさと」。

舞台上の全出演者も「ふるさと」の3番から加わり、会場の皆さまとともに大合唱となりました。

フェスティバル終了後、多方面からお褒めのお言葉をいただきました。それもたんぽぽジャパン、太極拳に参加してくださった皆さま、そして足を運んでたくさんの拍手を送ってくださった皆さま方のお蔭だと感謝しております。本当にありがとうございました。

## 練習風景

フェスティバルの練習は9月15日のリハーサルを含め全部で3回行いました。毎回ほぼ60人以上の方がご参加、歌と振付にと熱心に取り組んでくださいました。練習が行われたのは夏の暑い盛りでもあり、南町ホールは毎回人の熱気と暑さでいっぱいでしたが、皆様のご協力のもと、楽しい雰囲気の中で行うことができました。太極拳の方々との合同練習は1回のみでした。このようなコラボレーションは初めてでしたので、手順も含め、様々な不安もありましたが、皆さまのご協力をいただき、短時間で充実した練習、本番に向けての準備を行うことができました。前日のリハーサルは舞台の立ち位置や移動の練習など当日さながらの練習を行いました。練習にご参加いただきました皆さま、お疲れ様でした。また、いたらないところも多々ありましたが、皆様のご協力が無事乗り切ることができました。本当にありがとうございました。

南町ホールにての練習風景（写真）



## 当日風景

音楽祭当日は、午後1時30分出演でしたが、午前11時集合。当日の服装（白のブラウス・シャツと黒のスカート・ズボン）に、光沢のある黄色のスカーフが映えました。そして楽譜にはグリーンの台紙。さりげなく「たんぽぽ」をイメージしました。

集合後は、控え室となっているリハーサル室にて発声練習、コーラス練習をいたしました。その後ステージ最終確認を行い、若干の休憩があり本番を迎えました。

舞台そででは少し緊張気味の皆さまでしたが、舞台に立つと一変、のびのびとした歌声が大ホールに響き渡りました。2曲を歌い終わりリハーサル室に戻ると、緊張がとけた面持ちで、皆様おいしそうにご飯をほおばっていらっしゃいました。

最後に出演者全員が舞台に立ち「ふるさと」を歌うまでは自由時間。

他出演者の舞台を観に行くなどして過ごしました。出演時間が早くなってしまう、バタバタいたしました。なんとか無事舞台壇上で閉会を迎えた後は、恒例の写真撮影。

当日は、午前中から夕方までほぼ一日がかりの日程となりましたが、ご参加いただきました皆さま、本当にありがとうございました。

武蔵野市民文化会館リハーサル室にて（写真）



# 声の練習 Special Thanks ~★声の練習★~ 懇親会

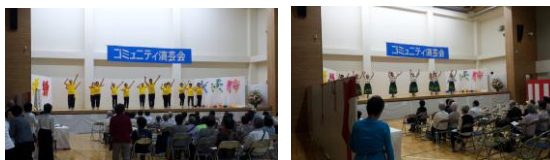
いつも「声の練習」「うたの練習」にご参加いただきましてありがとうございます。

1年間の感謝の気持ちを込めて、日本フィジカルボイス協会一同が、皆さまにスペシャルなひと時をお届けいたします。お茶を飲みながら歌を交え、理事長（玉澤明人）始め、講師・スタッフと皆さまとの、また皆さま同士との懇親を図りたいと思います。詳細は当日のお楽しみ！盛りだくさんでお楽しみいただきます。ちらしを同封いたしますので、お申し込み下さい。皆さまのご参加、心よりお待ちしております。

12月1日（土） 15時～17時 南町コミセン ホールにて  
歌音（かのん）の会 会員様は無料でご参加いただけます！！



## ♪グリーンボイス歌披露♪ 10月13日（土） 於 大沢コミセン体育館

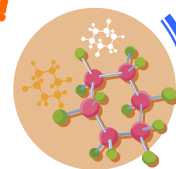


大沢体育館で「演芸会」が行われました。当日は朝から日ごろコミセンで開催している様々な講座の発表の場として、フラダンス、カラオケ、エアロビクス、マジックなどが披露されました。

グリーンボイスはトリ、最後のステージを任せられました。まず、代表の大澤さんがグリーンボイスについてと曲の説明をし、指揮を務める理事長の玉澤が会場の皆さまに「声の練習」の宣伝を兼ね、リップロールなど、口の筋肉をほぐす指導をさせていただきました。「Stand Alone」「根の歌」2曲を披露、たくさんの拍手をいただいた後は、会場の皆さまとともに、「上を向いて歩こう」の大合唱で締めくくりました。「声の練習」だけでなく、他の講座との掛け持ちの方も多く、出演やお当番も大変なようでしたが、みなさん大活躍でした。グリーンボイスとしては2回目の発表会、緊張しながらも、声も随分出て、笑顔いっぱい楽しい発表会となりました。

## 副理事長のコラム 第3弾！！

### 「ジンの独り言」③



「えーと、なんだったっけ？」

知人から自分の名前「仁」の由来について聞かれました。そうそう、この名は、今は天国にいる父がつけてくれたもの。人間をつかさどる60兆個の細胞の中心にある「細胞核」の中にある核小体のことを仁といい、それが由来の一つ…。

先日、バイオテクノロジーの世界的権威、村上和雄博士のドキュメンタリー映画「SWITCH(スイッチ)～遺伝子が目覚める瞬間～」を観る機会に恵まれました。

われわれ人間は生涯遺伝子の数パーセントしか使っておらず、もしも眠っている遺伝子のスイッチをオンすることができれば、人間の可能性は無敵大になるとのこと。

そして村上博士によれば、愛や笑いや感動といった「良い心の状態」が遺伝子のスイッチをオンにするらしい。

前回のコラムで書きましたが、自分の日常のテーマは「イイ気分」で過ごすこと（そしてそのコツが小HAPPY）。

「良い心の状態」＝「イイ気分」。

無意識のうちに最高のテーマを設定していたようです♪

加えて、遺伝子と言えば、「細胞核」の中にある染色体(DNA)に関連する話し。自分の名前の由来を意識すると妙に親近感(笑)

しかも、その映画の中で人の「使命」＝「氏名」というくだりも。

「使命(氏名)→仁 → 遺伝子 → イイ気分(小HAPPY)」

今、自分の中でいろいろなことが繋がりはじめています。

zin(田中仁)

## ♪講座時間スケジュール♪

10月より講座スケジュールが変更になっております。ご確認のうえ、お出かけください。また、「歌音の会」会員様は他の会場の「声の練習」講座にいつでも無料でご参加いただけます。（大沢は自主グループのため除く）

【本宿】 第二、第四金曜日

10:00～「声の練習」 11:00～「うたの練習」

【南町】 第一、第三土曜日

13:30～「声の練習」 14:30～「うたの練習」

【大沢】 第二、第四土曜日

13:30～「声の練習」 14:30～「うたの練習」

【北】 第二、第四金曜日

13:30～「声の練習」

## ～シリーズ「声と健康」6～

日本語は5つの母音「a, i, u, e, o」からなります。イタリア語で7つ、韓国語で10、フランス語は17と、他の国に比べて日本語は母音が少ないほうです。そしてすべてが母音で終わる音のため、少ない呼気量で発音することができます。その影響もあり日本人は呼吸筋の発達が悪いといわれています。友人のオペラ歌手、ロベルト・ディ・カンディド氏も日本語は一番のどが疲れると言っています。日本語での呼吸法を改善できたら、もっと思いを伝えられ、もっとコミュニケーションも豊かになるのではないかと日々感じています。

## ☆りじちよ～のつぶやき6☆

今年もあっという間に終わろうとしている。この一年のイベント数は少なかったものの、内容的にはとても濃いものになったと思う。初年度の反省を活かし計画できたこと、武蔵野市に事務所を設置できたこと、そして何より市や芸文協、教育団体との関わりを持てたことが大きな前進だと思う。思い描いたNPOとしての理想的な形へと一歩近づけたのではないだろうか。私の「理想」を「現実」にしてくれたのは団体メンバー、そして会員の皆様のお陰だと思う。心の底から感謝したい。

今年はクリスマスコンサートを行わない。その理由は、もう一度我々の本来の目的を見つめなおすためだ。イベントを一つ行うたびに多大な時間と労力を消費する。それを繰り返した初年度から、学んだことは多かった。我々の本来の目的、それは「声の練習」をたくさんの人に知ってもらい、体感してもらい、声の健康に対する意識を高めてもらうことだ。武蔵野市、三鷹市にとどまらず、更に多くの方へこの「声の練習」を届けたい。それがこのNPOのミッションであり、私が最初に歩き始めた時の純粋な思いである。今回は皆さまへの感謝の気持ちを入れ、懇親会を企画しました。是非ご参加ください。来年は更に裾野を広げ、有意義な一年になるよう頑張りたいと思いますので、更なるご支援よろしくお願いたします。



### 編集後記

第7号会報はどうでしたでしょうか？皆さまと一緒に、益々充実した紙面を作りたいと考えておりますので、ご意見、ご感想をお寄せ下さい。次回の会報は来年1月を予定しています。お楽しみに♪ 編集：玉澤、和田、日野

特定非営利活動法人

♪ 日本フィジカルボイス協会

〒180-0003

武蔵野市吉祥寺南町 2-20-1 オリピックマンション B-8

TEL: 0422-29-8461 FAX: 0422-29-8462

★住所が変わりました。