

桔梗の迎賓館って、どんな時間？

懐かしい歌を楽しみながら、声と笑顔を咲かせるひとときです。

『桔梗の迎賓館』は、オペラ歌手・声楽家 久保田道子と一緒に、
懐かしい歌を楽しみながら、気持ちよく声を出し、人とつながる時間です。
無理なく発声練習をし、歌い、感じたことを分か合いながら、心も体もいきいきと。

1 からだをひらく

血圧測定などの
健康チェックで、
その日の体調を
確認します。



2 声をひらく

発声練習や呼吸を
通して、無理なく
気持ちよく
声を出します。



3 心をひらく

懐かしい歌を歌い、
思い出や感想を
分かち合います。



当日の流れ

① 受付・名札



初回は
アンケート記入が
あります

② 健康チェック



看護師による
血圧測定など

③ 呼吸・発声



姿勢を整え、
無理なく
声を出します

④ みんなで歌う



なつかしい歌や
季節の歌を
楽しめます

⑤ おしゃべりタイム



お茶を飲みながら
交流
のどを潤す

講師・スタッフ紹介

◆ 声楽家・オペラ歌手
久保田 道子 (くぼた みちこ)

名古屋二期会所属のオペラ歌手。声楽歴30年以上。
名張市蔵持在住。名張市内の混声合唱団を約15年
指導・指揮。緩和ケアでの参加型コンサートを長年
継続。「0歳～100歳を超えても音楽とともに」を
モットーに！

◆ ピアニスト
常盤 好 (とぎわ このむ)



◆ 看護師
大久保 浩美 (おおくぼ ひろみ)

◆ スタッフ
濱田 いづみ (はまだ いづみ)

ご案内

持ちもの：飲み物・筆記用具・
必要な方は眼鏡

終了後、
桔梗が丘市民センターカフェで
交流お茶会
(30分程度／自由参加)



歌って、話して、また会いたくなる時間へ