

吹いて 聴いて 楽しう

# ハーモニカ

全3回

第1回 9月7日

正しい姿勢と腹式呼吸でハーモニカを吹こう

気持ちよく呼吸あるためのストレッチを取り入れながら音の出し方を覚えましょう。

第2回 9月14日

表情筋を使って美しい音色を出そう

簡単な奏法にチャレンジします。

ほうれい線・二重あごの解消にもつながります。

第3回 9月21日

豊かな音色で楽しみながら演奏しよう

練習した曲から曲ずつ演奏会のように披露していただきます。

講師の演奏もあります。

いずれも木曜日 19時～20時45分

楽譜が読めなくとも  
演奏できます！



【場所】九段生涯学習館

【参加費】1,000円(全3回)

複音ハーモニカ(キー:C調)をお持ちでない方のみ、複音ハーモニカをご購入頂きます。(4,860円※予定)

【定員】20名(締切後、抽選の上、ハガキでご連絡)

【対象】20歳以上の千代田区在住・在勤・在学者

【申込み】8月20日(日)17時までに電話、FAXまたはホームページより九段生涯学習館まで

(FAXの場合…講座タイトル/氏名(ふりがな)/郵便番号・住所/電話番号/年齢/在勤・在学の方は在勤先・学校名)



【講師プロフィール】寺澤ひろみ

(複音ハーモニカ/クロマティックハーモニカ奏者)

東京都出身 明治大学文学部卒

2001年ドイツ・トロッシングンで行われた「ワールドハーモニカフェスティバル2001」  
複音ハーモニカ独奏部門に初出場し優勝。

現在、日本ハーモニカ芸術協会 師範、全日本ハーモニカ連盟 常任理事。

BS・TBS 毎週水曜日夜 10:00～「おんな酒場放浪記」出演中

◆お子さまの同伴はご遠慮いただいております。

◆天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更になる場合がございます。予めご了承ください。

◆ご本人さま以外の参加はお断りいたします。



主催  
問合せ先



千代田区立  
九段生涯学習館  
こころを育み 明日へつなぐ

〒102-0074 千代田区九段南1-5-10  
電話 03-3234-2841/FAX 03-3262-7460  
HP <http://www.kudan-il.info/>