

指導(活動)分野	口笛で毎日を楽しむ	指導 披露 講義
ふりがな	ふうか	登録番号
氏名またはグループ名	風 歌	A - 9
指導(活動)内容	・口笛が吹ける人も吹けない人も、好きな曲を吹く練習をします	
対象者の程度	気軽に楽しむ 初心者向け 中級者向け 上級者向け	レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子) 小学生 中高生 大人 高齢者	どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・2022年10月からオンライン口笛講座を開催中 ・2023年6月から中区山元小学校コミュニティハウス、麦田地域ケアプラザで口笛教室開催中、赤英会館、箕沢地域ケアプラザで演奏活動を実施 ・2023年1月から池袋のNPOにて口笛教室を開催中	
経 費	・指導(活動)料 5,000円    ・材料費 なし    ・交通費 実費	

### 【プログラムの一例】

#### 口笛で音楽を身近に！

定員:8人 所要時間:60分

- ① 身体をほぐします
- ② 呼吸の仕方
- ③ 音を出してみよう
- ④ 曲に挑戦しよう

・全く音が出ない方は音を出せるようになることを、音が出る方は好きな曲が吹けることを目指します  
 皆さんの好きな曲と一緒に練習しましょう



### 【街の先生からひとこと】

口笛は、腹式呼吸や気持ちよく吹くことでリラックス効果がありますし、顔の筋肉を使うので小顔効果も期待できます。健康にも良い口笛演奏で音楽を身近に楽しみましょう。

