

ミュージコム ボランティア プログラムです  
どうぞ、よろしくお願ひいたします

やぐち南 プログラム (2016/7/19) ミーティング 13:40集合

| 内 容   | プログラム  | 進行    | 伴奏                          | 詳 細  |
|---|--|-------|-----------------------------|--|
| 14:15<br>導 入<br><br>曲ごとに<br>指先合わせの<br>速さチェック！ | 始まりの挨拶   | 作間    | 阿部                          | 全員が前に並んで挨拶<br><br>神経細胞は約150億<br>指先を刺激すると、活性化される<br>卵1個はさむ感じで指先を合わせ<br>しっかり刺激すると効果的                       |
|   | 指先合わせの説明   |       |                             |  |
|   | 丘を越えて  | 音量を確認 |                             |  |
|   | 海 (海は広いな・<br>海 (松原遠く・<br>富士の山 (頭を雲の・<br>青い山脈                 |       |                             |  |
| 14:30<br>声かけ&手話                               | こんにちは みなさん<br>*手話の説明<br>手話係→ 梅木・山岸                           | 作間    | 阿部                          | ピアノ 説明で1回、歌は2回続けて<br>進行役はマイクが届く範囲で声掛け口<br>他へはメンバーが声掛け口<br>前で手話の見本を見せる                                    |
| 合 奏   | 東京ラブソティ<br><br>鈴/2つ、タンバリン/1つ<br>担当 スズ → 山岸・松村<br>タンバ → 梅木・瀧崎 | 作間    | 小田嶋<br>楽器を配る<br><br>楽器を片づける | ①歌だけ *スズは 右手に赤 左手に緑<br>②振付け 利用者が間違えたときだけ直す<br><br>i 振付けの説明と練習(楽器別)<br>ii 振付けのみをピアノに合わせて<br>iii 歌と振付けを一緒に |
| 14:40<br>呼吸法                                  | バラが咲いた   | 松村    | 小田嶋                         | 指先合わせはしないで、呼吸に集中<br>姿勢を意識して、呼吸の練習<br>4小節毎にのぼす(進行役は数える)   |
| 14:45<br>リズムトレーニング<br><br>太鼓！                 | ふるさと<br>憧れのハワイ航路<br>東京音頭                                     | 松村    | 小田嶋                         | 手拍子 3拍子「開いてトントン」<br>サイドステップ<br>簡単な振付け  |
| 14:55<br>Ex&体ほぐし<br>終りの歌                      | 星に願いを<br>夕焼け小焼け  | 松村    | 小田嶋<br>(BGM)                | 転倒防止と血流アップ<br>利用者は手をつなぐ (メンバーも間に入る)  |
| 15:00   | 終りの挨拶  | 松村    | 小田嶋<br>(BGM)                | 全員が前に並んで挨拶 → 退場  |

● 進行の注意 ●

先読みは「ハッキリ」と  
指先合わせは「ルールを簡潔に説明」を  
伴奏は「ゆっくりめ、高音は真ん中のラまで」に

鈴とタンバの配置

