

【令和2年度「ほっと越谷」市民公募型男女共同参画事業】

「声を出すってこんなに大切!!」

「認知症予防朗読プログラム体験会」を開催しました

- 日時 2020年11月18日(水) 13:30~15:30
- 場所 「ほっと越谷」セミナールーム
- 主催 特定非営利活動法人 声とことばの力
- 参加者 24人

【内容】

「ほっと越谷」市民公募型男女共同参画事業は、市民団体から講座の企画を募集し、「ほっと越谷」と市民団体が協働で講座を実施するものです。今年度は2団体が企画した講座を開催します。今回はその第一弾で、主催団体の特定非営利活動法人 声とことばの力の認定講師が「声・ことばと認知機能の深い関係」について話し、健康的に声を出すための基礎トレーニング、朗読による認知機能アップなどの実践方法を学びました。



【参加者の感想】

- ・講師の話はとてもわかりやすく勉強になりました。2時間があったという間で有意義でした。また機会がありましたら、参加したいと思います。
- ・会話がうまくできないため、とても参考になりました。
- ・何故、声を出すことが健康にいいのか、その方法の説明をうかがい、仲間に伝えたいと思う。
- ・脳の活性化の例は意外でした。大事なことがわかりやすく理解できました。合唱サークルで先生から子音の大切さをうかがい、合点がいきました。
- ・参考になるお話をたくさん聞くことができました。また、こうした講座の機会をつくって下さい。
- ・認知予防に興味があって、参加しました。
- ・リレー朗読のむずかしさを体験し、いい冷や汗をかきました。いい講座でした。
- ・フレイル予防に興味があったので、声を出すことの大切さを学ぶことができました。