

声のチカラで笑顔・健康に！

地域を活性化させる新たなコミュニティ創出



《観客の前での朗読は達成感を味わえる》



《月に2回声を出して滑舌・表現練習》

声を出すことを通じて、健康長寿を目指した新しい音読社会活動を始めます。また、この活動を広めるため、プロが教えるオリジナルメソッドの認定講師養成プログラムも開始。シニア層の健康促進だけでなく全世代へのやりがいとコミュニティを提供していきます。

この度は、シニア層に向けた『声のチカラでフレイル予防』活動を始めます。また、来春から、セカンドキャリアや主婦、収入の柱を増やしたい方に向けた『声と言葉のエネルギープログラム』認定講師養成講座を始めることにしました。

特徴は

- ・プロのアナウンサーが直接指導：これまで20年以上培ってきたノウハウを生かした「声を使った専門的なメソッド」で、より健康的な生活をサポート
- ・フレイル予防を目指す音読活動：音読を通じて、やる気向上、表情筋の強化、ストレス軽減、嚥下防止など、知的に心身の健康をサポート
- ・認定講師プログラム：プロのメソッドを学び、地域で音読活動を広める仲間として活躍可能。ボランティア活動にも役に立ちます。
- ・全世代が参加可能な活動：シニア層からセカンドキャリア、子育て世代まで、簡単にでき、日常生活にプラスの影響を与える活動。

この商品を通じて、「群馬のシニア層は笑顔で元気！」にするための貢献をしたいと思います。

つきましては、是非、貴番組・貴紙にて取材の程、よろしく願いいたします。

《お問合せ先》

みっけ!のタネ企画／フリーアナウンサー・コミュニケーションコンサルタント
久林純子（ひさばやしすみこ）

電話：090-1465-1298

E-mail:tanepro.sh@gmail.com

<https://Sumiko.me>

住所：〒370-0031 群馬県高崎市上大類町町1358-8