

	指導パート	生徒さんの状態 (前)	直し方	改善箇所	堀澤先生の声かけ	生徒さんの状態(後)
1	口をたてに	あごが上がっている	あごを下げる	身体	がんばり屋さんの方は、エネルギーが高くてあごが上がりやすいので、下げて。 あごが下がると首がまっすぐになって息が通りやす なり	声が出やすくなった
2	口をたてに	音程がずれる	声とピアノ音きかせる	身体	この音にあわせてやってみましょう。⇒ピアノ音と声の両方を聴かせる(声でしか音程をとれない人、ピアノ音でしか音程が取りにくい人もいますため)	音程が合った
3	口をたてに	声が小さい	口をたてに	身体	口の中も教会と同じように天井を高 くしてあげることで響く声は作れます。	声が大きくなった
4	口をたてに	声が小さい	口をたてに	身体	前の人と口大きさを見あいつこし、閉じて来たら、口をあけてねのサインを送って、教えてあげてください！この時点でかなり声が出てきているのがわかりますか。ちょっと口を開けただけであれ～？みたいな。とってもよかったです。	声が大きくなった
5	口をたてに	途中で口が閉じてくる		身体	途中で閉じてくる のがクセの人がいます。開けているか見てください。	口が大きく開くようになった
6	口をたてに	舌が奥に入る	舌を出させる	身体	力入れずに、「べ～」と 舌をいちど、おもいきり口から出して みてください。	舌が緩む
7	口をたてに	舌が奥に入る	舌の位置を変える	身体	前の人とお互いの口の中を見て、奥に入っていたら、下の歯の付け根に下先をつけて下さい	舌が定位置に置けた
8	口をたてに	舌に力が入る	舌を開放される	身体	「へー」の発音で歌う 舌の開放「ららら」を行う	舌の力が抜けた
9	舌の開放「ららら」	舌に力がいって、ラララができない	ラララを継続してもらうための声かけ	身体	今は脳の運動シナプスはまだつながってないのでできなくて当然です。身体の癖は ちょっとだけ回数をやってあげ ると取れるようになります。舌はけっこう大事なポイントなので、やってくださいね 繰り返してや るとみんなできるようになります。	続けてやってみようと思った(と思う)

	指導パート	生徒さんの状態 (前)	直し方	改善箇所	堀澤先生の声かけ	生徒さんの状態(後)
1	びっくりスローモーション	息が吸うのが早い	歌う間際に息を吸う	息の吐き方	ちょっと前から吸っているの。 直前で吸います。	息を吸うタイミングが良くなった
2	びっくりスローモーション	息の混ざり方が少ない	ため息の声をデモでみせる	息の吐き方	ためいきのような息の声で。汚い声。 玉置浩二になったつもりで。	息が混ざる声になった
3	びっくりスローモーション	息の混ざり方が少ない	脳をリラックスさせる	メンタル	わざと今日は「 汚い声でいいのだよ 」と指令を出してあげると、脳は「いい声じゃなくていいんだ」と思い脳の筋肉は緩みます。そうすると喉も緩みます。やっと本来の声がリラックスした状態で初めて出ます。	息が混ざる声になった
4	びっくりスローモーション	息の混ざり方が少ない	ため息の声をデモでみせる	息の吐き方	なるべく「あ〜」という実音の声ではなくて「はあ〜」と ため息のような声で。 ★長く歌を習ってきている人に多い。 綺麗な声で出そうとして実音で出してしまう	息が混ざり喉も開いた
5	びっくりスローモーション	↑まだ混ざり方が少ない	犬が走った後の呼吸を例えに出して息の混ぜ方を覚えてもらう	息の吐き方	犬が走った後に 「ハッハッハッ」としていたのが、だんだん、ゆっくりになってきて「はあ〜、はあ〜」、こんな感じです。	息が混ざり喉も開いた
6	びっくりスローモーション	最初に出す息が少ない	じゃぐちの話をする	息の吐き方	声というのは蛇口と同じくみです。蛇口はチョロチョロチョロと出している時は、いつまでもチョロチョロですね。きゅっきゅっきゅと開けてあげるとジャーと出てますね。喉のしくみと同じなんですね。頭が肝心なんです。びっくりして「あー」これが肝心、これで完全に喉が開きます長く伸ばそうと思って、少しづつ声を出そうとしないで、 息を最初に使い切ってください。	最初に息をいっぱい出せるようになった
7	びっくりスローモーション	最初に出す息が少ない	ピッチャースローモーション	息の吐き方	一発で息を一気に全部投げる。 ちよろちよろ出したら声が出ると思いがちだが間違い。声を最初に使い切るのが肝心。	最初に息をいっぱい出せるようになった
8	びっくりスローモーション	音程がさがっていく	ため息だけのイメージからため息+音程に変える	身体	ため息の声はきちんと出ていますが、下に音が下がっていくのではなく、この音でまっすぐ出してみましょう。	音程が合った

9	びっくりスローモーション	音程がずれる	音程を音と声で確認してもら	身体	ピアノで音程をひきながら+「はぁ〜〜〜」(見本を声で、聴かせる)	音程が合った
10	びっくりスローモーション	あごが上がっている	あごをさげる	身体	高い声を出そうとして、上を向く人が多いのですが、それをするとき声帯が縮んでしまつて声が出ない。首はまっすぐに。	声が出やすくなった
11	びっくりスローモーション	首が前に出ている	首をまっすぐにする	身体	いつも頑張っていらっしゃいますよね(^)がんばりやさんの方、気持ちがはやるので、首が前に出がちですが、首の根っこをまっすぐにすると声が出やすくなります。	声を通る、のどのつまりが取れる
12	びっくりスローモーション	力が入っている	きちんとやろうという脳の緊張を解く	メンタル	ため息を出してください。普段は出すなと言われていたかもしれませんが。日ごろのいやなことを出す感じで。今は超出していい時間です。	少し力が抜けた

	指導パート	生徒さんの状態(前)	直し方	改善箇所	堀澤先生の声かけ	生徒さんの状態(後)
1	「ぽこ」+「はー」	(注意点)	口をたてにあける	身体	お口は 最初から開けておきます 。	声が綺麗に出る
2	「ぽこ」+「はー」	(注意点)	恐怖を取りさる	メンタル	頭で出来てるかできてないか考えなくていいです。号令がでたら、初めて、お腹を押し出す事をしてみてください。	1つのことに集中できた
3	「ぽこ」+「はー」	あごが上がっている	首をまっすぐにする	身体	首だけまっすぐ にしておいて。あごを引く。	首がまっすぐになった
4	「ぽこ」+「はー」	息が続かない	人と比べない	メンタル	他の人が長く出てるな～とか、とか 比べない でくださいね。	息が続くようになった
5	「ぽこ」+「はー」	息が続かない	息を吸うタイミングを間際に	息の吐き方	真面目な人は、準備を早くしているので、 吸うタイミングがちょっと早い ですね。吸ったままずっと待ってるので、間際に息は吸ってね。	息が続くようになった
6	「ぽこ」+「はー」	お腹を出したり引っ込めたりしている	お腹は、一回出すだけ	身体	お腹は拳で負荷がかかっている部分を元に戻すだけ自分でひっこめなくていいですよ	お腹が1回だけ出るようになった
7	「ぽこ」+「はー」	肩が上がってる	肩が上がらない様に意識してもらう	身体	息の吸い方。 肩が上がってしまうと胸に入ってしまう ので、肩をあげない練習だけしましょう。	肩が下がった
8	「ぽこ」+「はー」	口の開け方が小さい	口をもっとあける	身体	お口が小さい方がたまにいます。これがポイントです。これが90%声を小さくしています。しっかり開けてください。	口が大きく開いた
9	「ぽこ」+「はー」	↑口の開け方がまだ小さい	口をもっとあける	身体	口をあけるといより、あごを下げるくらいで、前の人に口の大きさを見せるようにします。(ジェスチャーも行う)	口が大きく開いた
10	「ぽこ」+「はー」	声がひっくり返る	ひっくり返っても心配しない	メンタル	ひっくり返っても全然いいですからね。今喉が 新しい発声法と昔の発声法と闘っています 。その時に日本人はだいたいできない方を見て、 ダメ出し します。「ダメだ」と。そうするとまた前のクセに戻ってしまいます。脳というのは「いいね」「いいね」「いいね」というと才能のふたを開けるしくみになっています。ですので、うまくいなくても、へろへろとなっているのは実は変わり時でとてもいい時なんですね。 へろへろになったら「しめしめ」と思ってください 。いつもの「ダメダメ」でやらないで「よしよし、いい感じ」だと思っていただければいいです。そう言うとな、新しい方が勝っていくんですね。すごいですよ、今までやった人みんなそうですからね。変わってきてるんだ、しめしめと思って下さい。	ひっくり返っても安心して声を出している
11	「ぽこ」+「はー」	最初に出す息が少ない	最初に吸った息を使い切る	息の吐き方	力を入れないで。 吸ったものを、最初にいっきに全部出す 。	最初に息をいっぱい出せるようになった
12	「ぽこ」+「はー」	力が入っている	力はいれず押し出すだけ	身体	がんばらなくていいから、ぽこっと出すだけです。力はいりません。	力が少し抜けた
13	「ぽこ」+「はー」	力が入っている	肩を下げる	身体	肩は上がらないようにしてください。負荷をかけてお腹がへこんでいるのを押すだけの力を使ってください。	力が少し抜けた
14	「ぽこ」+「はー」	力が入っている	力を入れないよう%で伝える	身体	一生懸命やらないでね、 6割 くらい。	少し力が抜けた

15	「ぽこ」+「はー」	力が入っている	頑張りやさんは 頑張らないように伝える	メンタル	がんばりやさんの方は普段から120%で頑張ってしまうので、今日は、60%で出してください。60%といっても、どちらにしても、頑張る意識が普通の人より、強いから結果、80～100%ぐらいになるので、大丈夫です。60%くらいでやるつもりでやってみてください	少し力が抜けた
16	「ぽこ」+「はー」	力が入っている	息を一気に出して脱力する	身体	吸ったら息を最初に全部使い切る	少し力が抜けた
17	「ぽこ」+「はー」	力が入っている(息吸い過ぎ)	力はいれず押し出すだけ	身体	一生懸命、今は息も吸わなくていいです。 ただお腹に負荷をかけて外へ出すだけ。	少し力が抜けた 声が出るようになった
18	「ぽこ」+「はー」	出ているか頭で考えている	恐怖をなくす	メンタル	頭で考えない方がいい、緊張するから。出ると信じてあげてお腹出せば。 声は出てますから。	声が少し出るようになった
19	「ぽこ」+「はー」	出ているか頭で考えている	自分の声を確認できるようにする	メンタル	みんなすごく声が出ているので、自分の声が聞こえにくいです。二人ずつやってみましょう。	声が少し出るようになった
20	「ぽこ」+「はー」	出ているか頭で考えている	身体を気にするより 出た声をきく	メンタル	声出てますよ、しっかり。お腹が出てるかどうか、ここの位置であっているかということよりも、出てる音を聞いてください。それでしっかり出ていればOK。あんまり頭で考えすぎない方がいいです。ジャージャーと一緒にすね。「できているかな?」「できないな」とやらないほうがいい。単純に、身体は簡単なやり方を一度教えてあげると、その方法がよいとわかりますから、頭で考えないで、 出た声を聞いてみてください。 すごくいいですよ。	楽に長くよく声が出た
21	「ぽこ」+「はー」	どこで押すのかわからない	お腹を押すタイミングを伝える	身体	息がではじめてから押しましょう。	いいタイミングで押せるようになった
22	「ぽこ」+「はー」	ぽこができない	身体が曲がりを直す	身体	骨格を強制 一足を内側にぐるぐる回す	ぽこができるようになった
23	「ぽこ」+「はー」	胸が苦しい	身体のつまりをとる	身体	胸で吸っています。がんばろうとしないで軽く吸ってみましょう。ここが痛い人は普段人によく気を使ってるんです。胸に気が溜まりますので、そこをたたいてあげてください。	吐きだしてすっきり出るようになった。

指導パート	生徒さんの状態 (前)	直し方	改善箇所	堀澤先生の声かけ	生徒さんの状態(後)
びっくり+水ジャー ジャー	あごが上がる	あごを下げる 理由伝える	身体	ほか、とても良いのですが、一つだけ、クセがあります。あごを上げるクセです。 あごを上げると声帯が縮んじゃう ですね。声が出しにくくなります。あごは下げれば声帯が緩んでいい状態になります。それだけ注意して下さい	声が出やすくなった
びっくり+水ジャー ジャー	あごが上がる	あごが上がる癖を矯正	身体	(あごを上げる癖がなおらない時)→あごをL字の手を使って、下げる	声が出やすくなった
びっくり+水ジャー ジャー	鼻で吸っている	口で吸うと喉があく	身体	時々クセで鼻で吸ってます。 口で 。私の顔を見て。はい、口で。	口で吸えるようになった
びっくり+水ジャー ジャー	口の開け方が小さい	口を閉じる癖を直す	身体	最初からがっつと口を開けとき ましょう。(誰かが、鏡を持ってみせて上げる)	口が大きく開いた
びっくり+水ジャー ジャー	口の開け方が途中で小さくなる	口を閉じる癖を直す	身体	口を開けたままで。今途中で「はう～」と閉じてました。	楽に声がでるようになった
びっくり+水ジャー ジャー	暗い声、音程が低い	ほお骨をあげて明るい声のでる口の形に矯正する	身体	にこっと笑ってください。 頬で 歌います。地蔵顔で歌うと、怖いですね。にこやかに歌うと明るい声になって、 じぶんも楽しくな ってきて、 人もその声を聞いてニコニコする といういい運動が生まれます。	声が明るくなった
びっくり+水ジャー ジャー	高い音がでない	息の流れをとめないで喉をあける	身体	息が流れていないので、ピッチャースローモーションか、息を最初に使い切ってください	高音が出るようになった
びっくり+水ジャー ジャー	音程がずれる	丹田が下がるように身体を触る	身体	耳はちゃんと聞こえています。音程がずれないかなと心配するので、 丹田が上がってと音程も上がってしまうだけです。胸に手をあてて、ゆっくり、水ジャージャーしながら、丹田まで手を下ろしてみてください	音程が合った
びっくり+水ジャー ジャー	音程がずれる	頭で恐怖を感じさせない	身体	音ははずさないか心配しすぎなくても、びっくり+ジャーで音は合いますよ。	音程が合った
びっくり+水ジャー ジャー	息が続かない	力が入っているのを抜く	息の吐き方	力を抜けば抜くほど、息が続きます。ジャージャーも120%しないで下さいね(力を入れているジェスチャーをする)	息が長く続くようになった

びっくり+水ジャージャー	最後に息が切れたように感じる	フレーズの息の使い方を変える	息の吐き方	最後はブチッと声を切らないで、ふぁっと力抜く感じで。	息は長く出ている
びっくり+水ジャージャー	ジャージャーがイメージできない	イメージの仕方を変える	身体	腰からジャーよりも、 丹田からジャー の方がうまくできているので、それでジャーしてください。	楽にしっかりした声ができるようになった
びっくり+水ジャージャー	力が入っている	頑張りすぎない	身体	今日はみなさんジャージャーの方が向いている身体です がんばりやさんで固めるタイプの方 。がんばるときに「よしっ」と思うタイプ。そうするとなんかやる時にいつもよしっと力を入れてしまいます。今日はそれを手放して力を抜いてください	力が少し抜けた
びっくり+水ジャージャー	肩こりがすごい人	首がかた過ぎるので緩める	身体	腰からジャージャーやった後に、 耳から肩にかけてジャ〜 と試してみてください。	息が混ざる声になった
びっくり+水ジャージャー	考え過ぎで怖い顔になっている	笑いで喜び脳！	身体	みなさん、 顔が地蔵 のようになっていて怖いです。真剣になりすぎ。今の笑っている顔の方がいいですね。そちらの方が明るい声が出ます。＜地蔵顔と笑顔で声を出す＞これだけ違います。では、それぞれに明るい顔でやってください。前の人の顔を見ながらやりましょう。	少し明るい声になった
びっくり+水ジャージャー	考え過ぎで怖い顔になっている	身体に意識を持っていく	身体	意外と頭で考えてますので、もっと身体だけを使っていきましょう。隣の人が押します。ジャージャーだけやってください。隣の人が押します。相手の手の感触を感じたらそれもジャーと流すイメージで。頭のおしゃべりがなくす。そうすると本来の声がでます。「うまくやってるかな」「できてるかな」とやればやるほどおかしくなりますから、 ただ子供のように 「はあ〜」と歌います。いつも言うんですが、歌うまくするには頭に花を咲かせます。「やあ〜、いい声が出る〜、うれし〜」くらいに。	少し明るい声になった
びっくり+水ジャージャー	頭で考えてしまう	身体に意識がいくので、考える事をやめられる	メンタル	(ジャージャーの時、横から押す)→誰かに手伝ってもらって、押す	声が出るようになった
びっくり+水ジャージャー	頭で考えてしまう	声かけで喜び脳にする	メンタル	いい顔で。ニコニコ〜〜。	声が出るようになった
びっくり+水ジャージャー	頭で考えてしまう	声かけで喜び脳にする	メンタル	歌って気持ちいい。いい声だなあ〜〜。歌手だわ〜。	声が出るようになった

びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	頭ばかりに意識を向けない	メンタル	できてるかできてないか、わからなくてもいいです。身体にまかせてください。無心になりましょう。身体だけにまかせて、気持ちいいなあ〜と喜んでリラックスさせます。	声が出るようになった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	緊張をほどく	メンタル	「うまくやろう、ちゃんとやらないと！」は捨ててください。緊張の気持ちが身体も緊張させて、身体が本来の能力を出しきれない。もうすでにできてると思って、頭を安心させて声を出してみましょう。信じてないとすぐブレるんですね。自分を信じてあげてください。	声が出るようになった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう 眉間にしわが寄ってる	ダメ出しをしない できたほうを見る癖をつける	メンタル	変わる時は1回目、2回目だけでなく3回目に出て、3回目が4・5・6回目になるんですが、常にダメな方を見て「あ、できない」「あ、できない」とダメ出しをしてしまうと、脳はがっかりしてしまふ。 できた方を見てください。 今変わっているところなので、できなくて声が裏返ったりゆれたりしても、しめしめとってください。	最初に息をいっぱい出せるようになった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	簡単な発声法だと認識させる	メンタル	息を吸ったら「はあ〜」とやったら終わり。それだけ。	力が少し抜けた
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	緊張をほどく 脳の仕組みを伝える	メンタル	脳はホテルのコンシェルジュ のようなものです。できないんじゃない、難しいんじゃないと思ったら、脳が「はい、かしこまりました。できないようにします」となります。だから 歳児で「楽しいな、嬉しいな」 その方がう〜んとからだは楽になります。「いい声を出さなくちゃ」という強制の中で出した声は全然本来の声でない。力が入る	楽にしっかりした声ができるようになった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	ダメ出しをしない	メンタル	ここは恥をかく場 です。他の人に聞こえないかしらはどうでもいいことです。自分の事ですから。	少し楽に声が出るようになった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	喜び脳で歌う【好きな食べ物】	メンタル	おいしいおいしい、気持ちいい。	声が明るくなった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	喜び脳で歌う	メンタル	喜びの声 で。 祝福 で歌う。光の中で歌ってるイメージなど	声が明るくなった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	喜び脳で歌う	メンタル	へらへら、にこにこ。気持ちいいなあ、 なんていい声 なんだろう。天才、にやにやしちゃうな。声が出るのはなんて嬉しいのかしら。	楽にしっかりした声ができるようになった
びっくり+水ジャー ジャー	頭で考えてしまう	五感で開放する	メンタル	目を閉じます。 森の中で歌います 。・・・まぶたに木漏れ日があたって、暖かいなあ〜と感じながら歌います。	ほっとして声が出るようになった。表情が違ふ。
びっくり+水ジャー ジャー	高音が出ない	高い声が出るメンタル状態に変える	メンタル	正しい発声法は難しくない。気がついたら出来ている 簡単で身体に楽なものがいい	高音が出るようになった

びっくり+水ジャー ジャー	2オクターブの 高音が出ない	高い声が出るメンタル 状態に変える	メンタル	高くなってるけど、だんだん低くなっていると思って声を出してください。神様はもともと高い音が出る声帯を与えてるんです。声の機能ではなく、声は機能なので、はみな同じ、メンタルの状態が違うだけ。	力が抜けて楽に声が出た
------------------	-------------------	----------------------	------	--	-------------

指導パート	生徒さんの状態(前)	改善箇所	堀澤先生の声かけ	生徒さんの状態(後)
歯に穴	あごが上がっている	身体	あごを上げちゃうと抜けちゃいます。下げた方が芯のある声になりやすいです。	声が出るようになった
歯に穴	あごが上がっている	身体	あごが上がっていると、のどを閉めてしまいます。ちょっと今、声のかすれがあるんですが、 びっくりで力を抜いてやっていただくと、声帯がつるつるに戻ってきます 。今も芯はあるんですが、もっと芯のある声になります。あごが上がる癖だけです、あとはバッチリです。	楽に声ができるようになった
歯に穴	あごが出ている	身体	顎を引いて、首をまっすぐ	楽に声ができるようになった
歯に穴	自分の声が聞こえない	頭	手をまるめて、耳のひらひらの後につけ、肘を内側に倒すと、自分の声の変化が聞こえます。変わったかなと自分の耳でどうにか聞こうとしなくても、この手を加えるだけで、勝手きこえてきます。安心してください。頭で考えて、できているかどうかを考えないほうが、力もはいらないので、きちんときけますよ。	声の変化をきけた
歯に穴	頭で考えている	頭	誰も聞いてません。小鳥さんたちしかいませんよ。	声が出た
歯に穴	芯ができない	イメージ	歯に穴の形をもう少し小さくしてみてください。	少し芯ができた
歯に穴	芯ができない	イメージ	みんなゴールドの光が飛んでいくイメージしてください	少し芯ができた
歯に穴	力が入っている	身体	100%はやらない、 6割くらいの力 で。ちょっといい加減くらいでちょうどいい。	力が少し抜けた
歯に穴	力が入っている	身体	肩を上げずに息を吸って。	少し力が抜けた
歯に穴	力が入っている	頭	いい声だなあ～。今日、 自分に向き合ってここに来たことをねぎらって ください。	少し力が抜けた
歯に穴	力が入っている	身体	歌手の人はパフォーマンスで力は言っているように見せているだけです。 身体はゆるゆる です。	少し力が抜けた
喜びの声	頭で考えている	頭	「できてるかな」「できてないかな」と 思っていますか。それをやめて 「声が出る喜び」 と思って声を出してみてください。すごく気持ちよく出ますから。脳が大事です。脳が気持ちいいと思うと、緩んでもっと楽に声は出ます。気持ちいいとだけ思って声を出してください。	声の変化をきけた
喜びの声	頭で考えている	頭	まちがったらいけないと思っていますか。もしかすると普段からそう考えがちかもね。まちがってもいいや～と、解放です。	声が楽に出ている
喜びの声	頭で考えている	頭	身体的能力高い方ですから、 自分を信じて やってみてね。●さんより先に、わたしは、●さんの声の才能を先に信じてますから。	声が楽に出ている
喜びの声	受け取れない	頭	ほら他の人の顔を見て。超笑顔になってます。素晴らしく出た声を ご自分も受け取って あげてくださいね。	声が楽に出ている
喜びの声	受け取れない	頭	これまで、こうやって歌うんですよと教えてもらっていないので、できなくて当たり前だったんです。今は素晴らしい声が出る人なんだとい ハッセルを張り直し てください。	少し力が抜けた
喜びの声	息が長く続かない	イメージ	息が長いとか短いとか気にしないで ください。これまでずっと歌ってた人とそうでない人の違いとか、横隔膜の広がりとか、肩が凝っていて少し肺が膨らみにくいとかありますが、そこは比較対象ではありません。それよりもしっかり ジャー ができてるとか、 喜びのイメージ ができているかが大事です。	声が楽に出ている

喜びの声	最初に出す息が少ない	息の吐き方	声というのは蛇口と同じしくみです。蛇口はチョロチョロチョロと出している時は、いつまでもチョロチョロですね。きゅっきゅっきゅつと開けてあげるとシャワー出ますね。喉のしくみと同じなんです。頭が肝心なんです。びっくりして「あー」これが肝心、これで完全に喉が開きます。一番最初に全部出すイメージで、問題ありません。	最初に息をいっぱい出せるようになった
喜びの声	最初に出す息が少ない	息の吐き方	息の出方が大事、ボールを投げる時のように振りかぶる＝その時に「びっくり」をします。その後、一気に息を出すと喉が開いたまま楽に声が出ます。 びっくり振りかぶって＋投げる	最初に息をいっぱい出せるようになった
喜びの声	最初に出す息が少ない	息の吐き方	野球の振りかぶって投げる瞬間に一番労力を使います。声も同じ。すって、吐く時が大事～！息を吸ったものを最初に全部投げる感じです。投げれば声も伸びます。	最初に息をいっぱい出せるようになった
喜びの声	最初に出す息が少ない	息の吐き方	びっくりして息を全部吐いてと言う前に、吸って待ってましたもっとサボって間際に吸っていいですから。	最初に息をいっぱい出せるようになった
喜びの声	力が入っている	頭	「おお、いい声出てるな」「気持ちいいな」と脳を喜ばせてください。	少し力が抜けた
喜びの声	力が入っている	頭	真面目な人の特徴ですが、自分でダメだししないでね	少し力が抜けた
喜びの声	力が入っている	頭	こどもになるだけ。出た～！バンザイ～！	少し力が抜けた
喜びの声	力が入っている	頭	目をつぶって、自分の声でたら、お花が草原にばあーと咲いていくイメージで	少し力が抜けた
喜びの声	力が入っている	頭	焼き肉を食べているでもいいし、おいしいケーキを食べた時の感じで。	少し力が抜けた
喜びの声	力が入っている	身体	私の真似をしてください。「レロレロレロ～～～」みなさんもやってみて。	少し力が抜けた