

悩みと一緒に 声出し発散を

深く息を吸い込み、悩みと一緒に声に出す。それが心軽やかな毎日につながる。

長野市安茂里の中川睦美さんは月に1回、「Happy Voice」（ハッピーボイス）と名付けたサロンを市生涯学習センターで開いている。一対一の発声や歌の練習だが、生徒たちにとっては大きな声と一緒に普段の生活で抱えた暗い気持ちを発散する場にもなっている。中川さんは「声は生きる力の源になる」との信念を持ち、生徒たちに向き合っている。

長野の発声指導者中川さん 月1回サロン開設



サロンに来た生徒の歌や声に耳を傾ける中川さん

「心軽やかな毎日 生きる力の源に」

中川さんは、企業・学校関係者に発声方法や分かりやすい話し方などを指導する「ヴォイ

SM」の代表を務める。自身は幼少期からテレビの歌番組などに出演。社会人になってからは

ラジオやイベント司会者にも活躍の場を広げてきた「声のプロ」だ。

開業は2013年。業務には個人レッスンもあるが、その際に仕事や子育てのモヤモヤや焦りを打ち明ける人が多いことに気づいた。本人たちはその内容について、「悩みにすらならない悩み」と思っていたようだったが、中川さんは一人で抱えきれない声漏れ出しているように感じた。

20年以降、新型コロナウイルスの感染により社会全体で「声」を出す場が奪われた。中川さんも多くの活動を制限されたが、その時に思い浮かんだのは悩みを打ち明けてくれた生徒たちの顔だった。「今こそ、声を聴く場が必要ではないか」。そんな思いが23年6月のハッピーボイスのスタートにつながった。

中川さんは、生徒の声を耳を傾け、うなずき、時には実体験を交えたヒントを送る。そして、また一緒に声を出す…。レッスンを終えると生徒たちの表情は

晴れやかになっていく。「声を発することには力がある」。そう考え、生徒の心に気を配るように努める。

これまでの開催に集まったのは10代から60代までの約10人。肩書も高校生や会社員、子育て中の親などさまざま。長野市西尾張部の会社員水田雄一郎さん(55)は仕事の傍ら、高校でキヤリア教育を受け持つ。抑揚や姿勢など、生徒に響く声を練習する水田さん。発話にうまくいっても中川さんは必ず褒めてくれるといい、「定期的な気持ちのチューニング(調律)の場になっている」と笑顔を見せる。

中川さん自身も、生徒たちの前向きな姿勢に勇気づけられている。10月5日には、地元ミュージシャンと長野市芸術館のアクトスペースでコンサートを開く。コロナ禍を経て19年以來の開催で、生徒たちにももらったエネルギーも糧にステージに立つつもりだ。

午後2時開演。チケット3千円(税込み)。ジャズやポップスの名曲を独自のアレンジで披露する。購入は同館(☎026・219・3191)へ。



制作した高山さん
さんは「飯綱町と言えはリンゴというイメージを持って、町に足を運んでくれると嬉しい」と期待した。

ミニ
どん」が描かれたかわいらしいデザインとなっている。10月1日から交付を始める。
5cc以下がピンク色となって
CC以下と電動キックボードなど
1)へ。
問い合わせは平日に同課
(☎026・2533・407