

ジョグトリ新聞

発行責任者
(社)ジョグトリップ
理事長 網本裕之

カツパ先生特別寄稿 「あみりん発声法」

ジョグトリ「カツパ先生」の中島です。今回はワープの極意についてではなく、網本さんから教わった発声法についての投稿です。

4月に開催された平戸古地図ウォークの後、松浦史料博物館で網本さん達と一緒にランチをしました。そのとき、いつもの調子で網本さんが健康法や発声法を自慢し始めました。網本さんの話は面白いが、やや胡散臭いところもあるので、始めは話半分で聞いていました。

健康法はインパクト少であまり印象に残らず、発声法に話題が移り、その話の中で「息を吸うように声を出

す。」という奇妙な発言に私のアンテナが反応しました。

どういうこと？息を吐かなきゃ声は出ないでしょ！と周りも反論。私も同感。否定的な雰囲気の中、網本さんがこんな感じですよ「こんにちは〜」と声を出しました。詩吟やお経のように声がよく通ります。腹式呼吸による発声法を、息を吸うようにと表現したものではないかと勝手に解釈しました。私も教員の端くれなので仕事から発声は大切ですよ。これは使えるかもしれないと感じて、積極的に話を聞きました。

網本さんの経験で

は、ジョグトリ関係のお願いに初めて訪問する家では「こんにちは！」と短く甲高く挨拶したときは返事は早いが警戒される。「こんにちわ〜」と腹式発声でゆっくり挨拶すると、返事は遅いが好意的とのこと。声の波長が、聞く人の気持ちをしぼり、信頼感をアップするそうです。眉唾ものではあります。理屈は通っているもので、ものは試し、やってみました。

応用例① 寮監長の仕事もしているの、朝は寮生を「起床」と言いながら起こして回ります。寝ぼけた生徒を起こすのは大変で、「起床！」と怒鳴ると、生徒からは「チキショウ！」と反撃を食らうときもあるようなバトルの時間、「きしよう

〜」と発声したら少し間をおいて、ぞろぞろ起き出しました。モスラのテーマ「モスラ〜やモスラ〜」と同じ効果あり。評価○

応用例② 授業で大声を張り上げず、発声法を試してみたら、生徒は心地よく眠りにつきました。評価×

応用例③ 久留米走ろう会主催「水と緑のくるめマラソン」開会式で使ってみたら、「ランナーの皆さん集合してくださいださ〜い」は遠くまで声が通り効果的。ただし、開会式の挨拶で、ランナーのテンションを上げるには効果薄。テンション上げるならジャパネット高田社長のよう甲高くまくし立てた方が効果的。評価△

という具合に、あみりん発声法の効果をいろいろ場面を検証中です。

業種交流ができます。面白いネタがあったら教えてください。ジョグトリ、楽しみましょう。

追記・来年1月12日(日)は久留米で「第3回やまづとの道ジョグトリ」開催予定です。

ハローキティで



毎朝1時間庭に立っているんですが、その際、蚊取り線香を焚いています。

キンチョー・アース・フマキラーの各商品の中で、フマキラーの「虫よけアロマ」を使っています。効き目3倍らしく確かに蚊がまったく寄ってきません。その上アロマなので、あの咳き込むような刺激臭がありません。

これはいいということ、缶入りのものを探したんですが、なぜか売ってありません。缶入りは普通の蚊取り線香ばかり。

で、唯一アマゾンで

これほど飲める大会はありません。飲み過ぎても久大線で帰れるので、安心して参加してください。カツパがベロンベロンときは、田主丸駅まで連れて行ってください。よろしくお願ひします。

見つけたのがハローキティの「虫よけアロマ」。缶いっぱいハローキティが赤ベースで描かれてまして、カワイー！って、これオヤジが使ったら気持ち悪いでしょ！

でも背に腹は変えられず、蚊取り線香に虫よけアロマは変えられず、カワイーのを使っています。それも2缶並べて。

別に少女趣味とかじやありませんからね、と言いつつ試してみます。とか言いながら、次のジョグトリップに持っていったたりして。(笑)

ジョグトリ新聞

発行責任者
(社)ジョグトリップ
理事長 網本裕之

久留米三点セット!?

目指すは作務衣でジョグトリ?

あれは3月17日のことでした。やまづとの道ジョグトリップの振り返りを兼ねて、久留米を妻と訪れました。

山の壽酒造の蔵開きを皮切りに、久留米ラーメンを食べ、世界のつばき館を堪能し、シエ・サガラでおいしいパンを仕入れ、最後に妻のリクエストにこたえて久留米道の駅に立ち寄りしました。

買い物するつもりはまったくなく、冷やかしのもりで立ち寄ったんですが、あるものが私の目を引きました。それはカップの被り物。久留米といえればカップでしょう!とは

いえすぐ買う気は起きず、その脇を見るとカップのネームホルダーが!

このとき私の中である構想が湧いてきました。カップの被り物を被ってカップのネームホルダーを付けて、「水と緑の久留米マラソン」に参加する!これはさる5月19日に実現しました。頭だけとはいえ被り物は暑く、そのせいもあって(笑)前回よりも大幅にタイムダウンしてしまいました。まあそれはともかく。

道の駅内をさらにブラブラしたら久留米餅の作務衣発見!以前からぼんやりと「あつ

たらいいなあ」と思っていたので、この際とばかりに買ってしまいました。

久留米三点セット(?)を購入した幸せな私でしたが、その後さらに幸せな日々が続っていました。

この久留米餅の作務衣が、すっごくいいのです。

着心地もいいし、ちよつとした街着にもなるし、そのまま寝間着にもなります。ズボラな私にはピッタリなアイテムなんです。

ちなみに街着するにも、いきなりはできなくて、家の周りから始めてじわりとその作務衣活動範囲を広げてい

きました。いまでは郵便局からマツモトキヨシからスーパーから図書館からと、普段の生活をする上ではまったく不自由なく作務衣三昧となっています。

先日福岡に行ったときにはさすがに普通の服装にしてしまいました(ちよつと残念)

今では更にもう一枚アマゾンで久留米餅の作務衣を購入し、洗濯しながら交互に着ています。そして更に更に、麻ゴザ雪駄を購入し、日本人の鑑となるべく、日々務めているところですよ。

先日あるところで本物の和尚さんと会った。その人は合成繊維の作務衣を着ていました。「この方がシワにならなくて」とおっしゃってました。が、やっぱり作務衣は国産の久留米餅に限るなあと、密かに心の中でつぶやいた次第です。

さて今後の展開ですが、マラソン大会を作務衣で走るなんて粋な

ことができたらしいなあと。でもジョギングシューズじゃ合わないし、雪駄で走ってまた膝をやったら元も子もないしなあなどと、思いは尽きません。

父からのいただき物

もらったのはいいんですが

先日父親が亡くなった、直後のジョグトリップは中止を余儀なくされました。その際には、皆様には温かく見守っていただき、ありがとうございました。いけるじゃん!

さて、その後落ち着きまして、生前乗っていた3ナンバーの乗用車をどうするかということになりました。当初ディーラーに引き取ってもらおう予定でしたが、その主な理由が、今住んでいる借家への道の曲がり角が狭すぎて入らないから。

しかしゆっくりしたある日、チャレンジしてみることにしました。入る分にはそれほど難しくありませんが、問題は出ていくと

そのうち作務衣でジョグトリップ登場なんて日もあるかもしれませぬ。なんてったって、ジョグトリップは私の「作務」なんですからね。

で、何度かやっていると、狭い道を慎重にハンドリングしていきます。やはり一回じや無理で数度切り返したら、なんとか抜くれました。いけるじゃん!

で、何度かやっていると、何度かやっていると、直前に切り返しなして直角コーナーを曲がれるようになったあ! ということで、乗用車が私の手元に来まして、さらに倉庫にあった電動自転車までいた

と、ところが既にうちにはクロスバイクも原付バイクも揃ってまして、さてこれらをどう乗り分けようかと思案しています。

もらったのはいいけれど、の典型例かなあ?