

はじめに

第1章

声と日本語

- 1 国際社会では通用しない日本人の音声力……………14
- 2 話の説得も声で決まる……………15
- 3 日本語では、読み書き中心……………17
- 4 日本語の音声力のなさ……………19
- 5 声は、相手に左右される……………20
- 6 自分が一番知らない自分の声……………21
- 7 スピーチ好きになろう……………25
- 8 誰もがよい声をもっている……………26
- 9 誰でも、よい声になれる……………27
- 10 よい声は通る声……………28

第2章

日本語の成り立ち

- 1 英語ではじめて、発音を知る……………32
- 2 泣き声から日本語の音声学習まで……………33
- 3 方言と共通語……………35
- 4 日本語は50音でなく、100音以上ある……………36
- 5 母音と子音……………39
- 6 書きことばと話しことばは違う……………41
- 7 話してもわからないことば……………42

第3章

日本語の発音トレーニング「発音構音編」

- 1 日本語の発音……………46
- 2 母音の発音……………48
- 3 母音の発音トレーニング……………49
- トラック2 〈アイウエオのトレーニング〉……………50
- トラック3 五十音……………52
- トラック4 日本語のおけいこ……………56

4	子音、調音点、調音法の違い……………99
5	子音の発音トレーニング① カ行 し 午後の「カ」と「カ」の違い……………63
	トラック5 <カ行のトレーニング>……………64
	トラック6 <鼻濁音のトレーニング>……………66
6	子音の発音トレーニング② サ行 し「刺す」と「死す」の発音を比較する……………67
	トラック7 <サ行のトレーニング>……………69
7	子音の発音トレーニング③ タ行 し「どが」「ぞ」にならないように……………70
	トラック8 <タ行のトレーニング>……………72
8	子音の発音トレーニング④ ナ行 し「鼻にこぼさせない」……………73
	トラック9 <ナ行のトレーニング>……………74
9	子音の発音トレーニング⑤ ハ行 し「息声、息逃げでパワーダウンしている」……………75
	トラック10 <ハ行のトレーニング>……………78
10	子音の発音トレーニング⑥ マ行 し「ミ、ニは、鼻腔へ共鳴させる」……………79
	トラック11 <マ行のトレーニング>……………80
11	子音の発音トレーニング⑦ ヤ行 し「ねほっこくならないように」……………80
	トラック12 <ヤ行のトレーニング>……………81
12	子音の発音トレーニング⑧ ラ行 し「べらんめい調にならないように」……………82
	トラック13 <ラ行のトレーニング>……………83
13	子音の発音トレーニング⑨ ワ行と拗音・撥音・促音 し「口先に母音子音をつなげる」……………84
	トラック14 <ワ行のトレーニング>……………85

	トラック15 <拗音のトレーニング>……………85
	トラック16 <撥音のトレーニング>……………86
	トラック17 <促音のトレーニング>……………87

第4章

外国語を使った日本語のトレーニング

1	日本人とヴォイストレーニング……………94
2	外国語の息を使う……………96
3	息とメンタル……………98
4	ヴォイストレーニングはフィジカルなもの……………100
5	共鳴は焦点を感じる……………101
6	耳の磨き方……………102
7	ネイティブへの挑戦……………105
8	発声器官は、まだ未完成……………106
9	ヴォイストレーニングの目的は伝えるためのコミュニケーション……………107
10	英語耳ヴォイストレーニング……………108
11	息を聴くこと……………110
12	感覚のこと……………112
	トラック18 「喜び」の展開……………114
	トラック19 「感情」の展開……………115

第5章

声のトレーニング

- ① ヴォイストレーニングとは……………118
- ② 体のフォーム……………121
- ③ 呼吸法……………124
- ④ 共鳴……………127
- ⑤ 外国語感覚からのヴォイストレーニング……………137
- ⑥ 滑舌と発音トレーニング……………140
- ⑦ トラック20 〈ロガトム表〉……………141
- ⑧ トラック21 〈早口ことば〉……………142
- ⑨ 声量のコントロール……………146
- ⑩ 声の説得力……………150
- ⑪ たくさんの声を聞く……………152
- ⑫ トラック22 平家物語……………156
- ⑬ トラック23 方丈記……………157
- ⑭ トラック24 奥の細道……………158
- ⑮ トラック25 竹取物語……………159
- ⑯ トラック26 杜子春……………160
- ⑰ トラック27 風の又三郎……………164

第6章

発声・発音のQ&A

- Q1 声が小さい……………178
- Q2 声が大きすぎる……………180
- Q3 早口がなかなか直らない……………185
- Q4 高い声が恥ずかしい……………188
- Q5 低い声が悩みの種……………191
- Q6 語尾がはっきりしない……………194
- Q7 かすれた声がどうも嫌だ。声立てをよくなる……………196
- Q8 声がかもっている。声に張りをもたせる……………199
- Q9 ガラガラ声を直したい。タミ声、イキミ声を素直な声にしたい……………202
- Q10 だらしないしゃべり方を直したい……………204
- Q11 ねちゃねちゃした発音が気になる……………205
- Q12 甘えたような声でよく誤解される……………206

トラック28 雨ニモマケズ……………166

トラック29 落葉……………168

トラック30 寿限無……………169

トラック31 外郎売り……………170

- Q 13 舌が足らずな話し方が幼稚に聞こえる 舌を器用に使おう……………208
- Q 14 大声を出す、声が裏返ってしまう……………210
- Q 15 滑舌が悪くて、ことばを聞き返される 何を言っているのかを、はっきりさせたい……………212
- Q 16 自分の嫌な笑い声やしやべり声になる 声の感じをよくするには……………214
- Q 17 声が老けてきたといわれる 声を若々しく保つには……………217
- Q 18 キンキンと耳ざわりな声を、落ち着いた声にしたい……………220
- Q 19 「イ段」の音で息が舌の両脇からもれる 声を伸ばせない、息苦しい……………223
- Q 20 「ガ行」の音がかかってしまう 大きく通り、印象に残る声にする……………226
- Q 21 「サ行」が発音しにくい 舌の端をはっきりさせる……………228

〈その他のQ & A〉……………230