

はじめに

皆さんは自分の声が好きですか？ 嫌いですか？ それともどちらとも言えない？
いずれにしても、これからは自分の「声」にぜひもつと興味を持つてください。

私は現在、歌手、ボイス・ボーカルトレーナーとして声を扱う仕事をしていますが、幼少の頃は内気で声も小さく、ほとんど引きこもりのタイプで、今の自分とはかなり掛け離れた人間でした。そんな私
がなぜ今の仕事をするようになったのでしょうか。

最初は小さな努力で自分の性格と向き合い、できることから殻を破り始めました。それから声や表現
することに出会い、興味と情熱のまま、がむしゃらに走ります。それは本当に刺激的で、時には辛くて、
でも感動も多くて、まったく飽きることなどない目まぐるしい時間でした。

途中、何度も挫折やうまくいかないことがありましたが、それでも声や歌への興味は冷めず、それら
を磨くことで人生はどんどん回っていったのです。

そして改めて「声」の持つ力と可能性の素晴らしさに気づきました。磨くほどにますます毎日が輝い
ていく素晴らしいギフト。それが、他の誰のものでもない、特別でもない、普通の自分の生まれ持った

「声」だったのです。

この本では、そういった声磨きをする前と後の変化、向上の様子を、私自身のストーリーや、レッスン事例を交えながらお話ししていこうと思います。

そして更に声磨きのコツや日常のエクササイズもご紹介しますので、よかったらトライしてみてください。さい。

声という「楽器」がいかに人生を輝かせる力を持っているか、どれだけ幸福感を導き出してくれるか。本書を一つの読み物として楽しむと同時に、皆さんのレッスンのお供として少しでもお役に立てたならうれしく思います。

高田 なみ