

# 音楽の力×ケンハモ×呼吸の力 札幌「ケンハモ音楽呼吸法」認定研修会

## 7/24(金)祝日

## 受付9:00 9:30~12:00

### 研修内容

ケンハモ認定講師取得されている方々のための特別な認定研修会です。  
「ケンハモを通じて、音楽の楽しみ方・健やかなライフスタイルを提供致します。」  
近年、現代人は呼吸が浅くなっています。健康志向が高まり、呼吸に関わる書籍が増えています。  
ケンハモ表現にはブレスコントロール(腹式呼吸)が重要なポイントとなります。  
このブレスを活かし「音楽の力」×「ケンハモ」×「呼吸の力」=楽しいと健康を皆さまと一緒に共有致します。  
呼吸の大切さ?セロトニン?呼吸が健康増進に良いのか?呼吸の力とは?音楽の力とは?音楽呼吸法?  
ケンハモ呼吸活用?なぜケンハモ活用なのか?メロディーグラフ活用で音楽と楽しいを共有!

### 主催



### 共催後援



### 音楽呼吸総研

### PTNA

ピティナ

一般社団法人全日本ピアノ指導者協会

### 講師 宮浦 清



音楽呼吸総研代表 作曲家、サクソフォニスト、呼吸研究者、セロトニンDojo師範  
1953年東京生まれ、自由学園男子部、国際キリスト教大学卒業、ボストンパークリー音楽大学作曲編曲専攻  
UC BERKELEY(カリフォルニア大学)客員アシスタントをへて1983年帰国  
1987年映画「ルパン三世風魔一族の陰謀」音楽監督  
2004年音楽の特性を活かした健康法、「音楽呼吸法」体系化  
2008年~東邦大学名誉教授有田秀穂氏(セロトニン研究)と音楽呼吸法の共同研究  
2018年8月夕刊フジにて「音楽呼吸法」連載(全10回)  
2019年7月「アンチエイジング 音楽呼吸法」DVD Vol.1 & 2 発売  
代表作品:音楽「ルパン三世風魔一族の陰謀」、J-WAVE夜のテーマ曲「アフターザレイン」他  
著書:「サウンズ・グッド」(英語混じり音楽青春物語)  
「1日1分自律神経を整える呼吸CDブック」マイナビ出版

受講条件:ケンハモ認定講師取得者→ケンハモを通じて、音楽の楽しみ方と健康を拡めたい方  
多くの方々に音楽を「ケンハモの楽しみ方がアップします!そして、健康を提供」

### 受講料・DVD

¥10,280(税込み) (DVD込み)当日受付にてお願いします。



### 持参物

筆記用具・PROシリーズケンハモ・楽しむ気持ち

受講後はケンハモ音楽呼吸法ブレストレーナーの肩書が使用可

ケンハモブレストレーナー肩書を現在の名刺に追記致します。有料3,000(税込み)

### 場所

### 鈴木楽器販売株式会社

### お申込み期限:7月10日 定員:20名

〒064-0809 北海道札幌市中央区南9条西11-2-1

お申込み後、地図データお送りします。

ケンハモ認定+ブレストレーナーでケンハモ  
を通じて音楽の楽しみ方と健康効果を提供



研修会動画

▶お申込み方法 下記メールアドレスに必要事項を記入頂き送信ください。

[m-sato@suzuki-music.co.jp](mailto:m-sato@suzuki-music.co.jp)



宮浦先生メッセージ動画

メール送信時には 件名:ケンハモ音楽呼吸法 本文:お名前・住所・連絡先 ご記入ください