信頼される安心を、社会へ。

SECOM

マイボイス
発声練習ガイド

はじめに

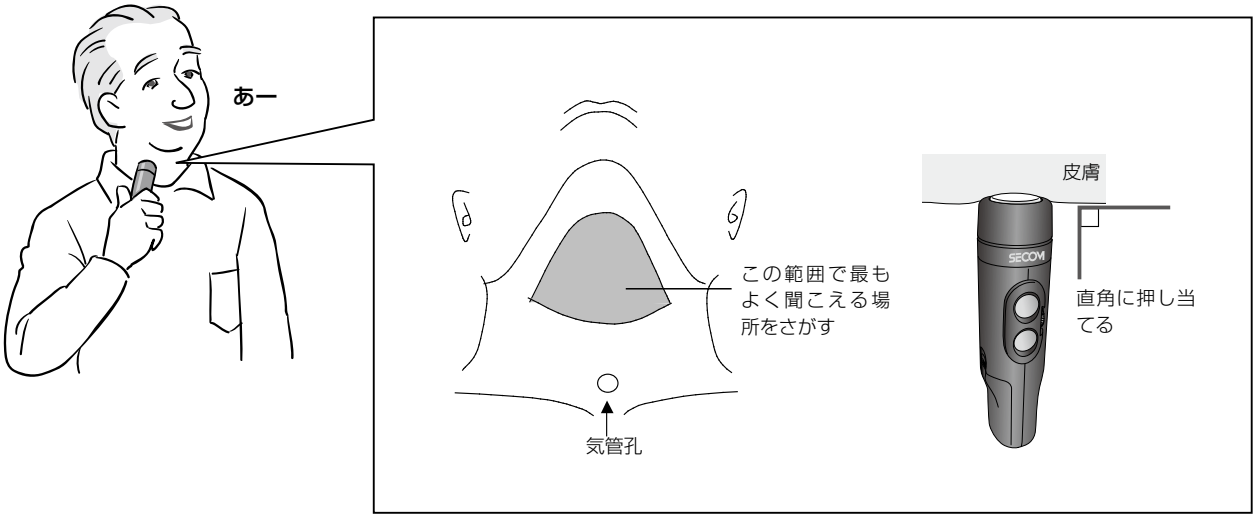
マイボイスには２つの発声スイッチがあります。
上のボタンは、抑揚のついた自然なイントネーションでの会話に適し、
下のボタンはフラットな発声でゆっくり話すときや、基本的な発声練習をするときなどに使用します。まず、下のボタンで基本的な発声練習をしてから、上のボタンを使って抑揚のついた発声練習をすることによって、発声のしかたを効率的に習得することができます。

マイボイスを使用した発声を習得するために、以下の段階に応じた練習をおすすめします。

1　明瞭な音が出る場所を見つける（下ボタン）

マイボイスのヘッド部を、頤（おとがい）から顎の下にかけての部分に「皮膚に対して直角に」軽く押しつけます。
その後、口で大きく「あ」の形を作ってマイボイスの下ボタンを押します。

◆よく響く明瞭な「あ」の音が出れば、その場所を覚えておいてください。
◆明瞭な音が出なければ、押しつける場所を少しずつずらしながら、一番よく聞こえる場所を探してください。
◆鏡を見ながら行うことをおすすめします。
※どの場所が最もよく聞こえるかは個人差があります。



２　単音・単文節の発声練習（下ボタン）

本ガイドの４ページを見ながら１音ずつ、ゆっくりと発声練習をします。
マイボイスの下ボタンを押しながら発声し、発声し終わったところでボタンを離します。

◆母音の口の形や、子音を特徴づける口蓋や唇、舌の動きを多少オーバーなくらいはっきりさせることが明瞭な発声につながります。

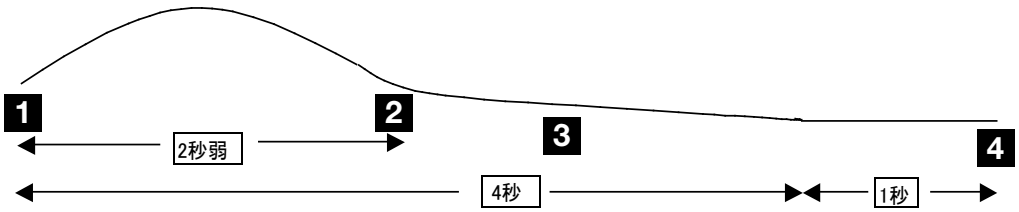
３　フラットな発声による読み上げ発声練習（下ボタン）

本ガイドの５～６ページを見ながら ON で下ボタンを押し、OFF でボタンを離して文章を読んでください。

◆ ON と OFF をつないでいる線は、上ボタンを使った際の抑揚を表しています。下ボタンを使うこの段階では、特に気にせず練習してください。

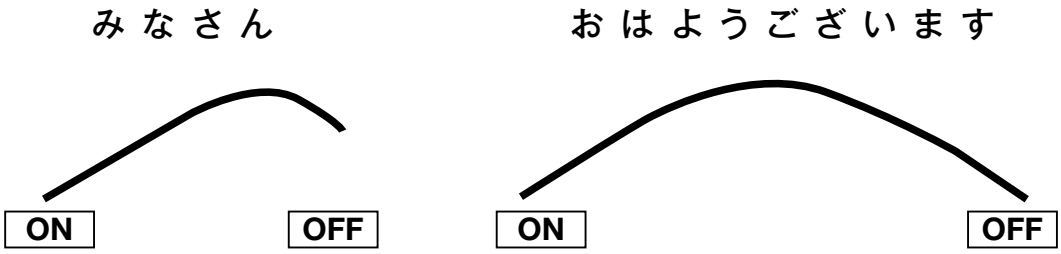
４　抑揚のついた発声パターンの把握（上ボタン）

マイボイスの最大の特徴である抑揚のついた発声パターンを使った練習です。まず、喉に当てない状態で上ボタンを押し続けてください。下の図のような高さで音が出ます。



◆自然な抑揚のついた発声をするコツは、上ボタンをあまり長い時間押し続けずに適当なタイミングでボタンを離すことです。
◆音が出始める 1 とほぼ同じ高さまで下がった 2 の時点か、遅くとも 3 の時点までに発声を区切ってボタンを離す必要があります。
◆あまり長くボタンを押し続けると音が低くなりすぎて聞き取りにくくなります。 2 より早いタイミングで発声を区切るのは問題ありません。

実際に喉に当てて「みなさん」「おはようございます」と発声してください。
ON のところで上ボタンを押し、OFF のところで離します。



◆「みなさん」という文節は短いので比較的音が高いところで終わり、「おはようございます」はそれより長いので、初めと同じ高さまで下がったところで終わるのが分かります。
◆適当な長さで ON と OFF を繰り返すのが抑揚のついた発声をするコツです。
◆「おはようございます」は 9 音から成っていますが、これくらいの長さであれば上ボタンのひと押しで自然に発声できます。
※自然に発声できる音の数は話す速度によって異なりますので、繰り返し練習し体得してください。

5　抑揚のついた発声による読み上げ発声練習（上ボタン）

本ガイドの 5 ～ 6 ページを見て、上ボタンを ON/OFF に合わせて押したり離したりしながら、抑揚をつけて発声してみてください。

◆話す速度が遅すぎると、文節の終わりが下がり切って聞きづらくなります。抑揚が下がり切る前に発声を終えられるように速度を調整してください。

50音 単音練習

あ い う え お	
か き く け こ	きゃ きゅ きょ
が ぎ ぐ げ ご	ぎゃ ぎゅ ぎょ
さ し す せ そ	しゃ しゅ しょ
ざ じ ず ぜ ぞ	じゃ じゅ じょ
た ち つ て と	ちゃ ちゅ ちょ
だ ぢ づ で ど	ぢゃ ぢゅ ぢょ
な に ぬ ね の	にゃ にゅ にょ
は ひ ふ へ ほ	ひゃ ひゅ ひょ
ぱ ぴ ぷ ぺ ぽ	ぴゃ ぴゅ ぴょ
ば び ぶ べ ぼ	びゃ びゅ びょ
ま み む め も	みゃ みゅ みょ
や ゆ よ	
ら り る れ ろ	りゃ りゅ りょ
わ を ん	

特別に注意する発音

は(Ha) ひ(Hi) ふ(Hu) へ(He) ほ(Ho)

↓

ファ(Fa) フィ(Fi) フゥ(Fu) フェ(Fe) フォ(Fo)

※「は」行、特に「は」「へ」「ほ」は、声帯の調節で出す音なので、通常、人工喉頭では出ません。
このため、唇をいったん閉じる「ファ」「フェ」「フォ」という形で発音します。ただし、この発音がうまくできなくても、前後の関係から意味が分かることが多いはずです。

話し方の例1

食事支援ロボット

セコムが、2002年5月に　開発した　ロボットに　「マイスプーン」

というものが　あります。これは、　手の不自由な方が、　からだの

一部を　　動かすだけで、　自分で　　食事が　　できるようにした、

日本で初めての　食事支援　ロボットです。　これを使うと

手の不自由な　　方でも、　　ごはんや　おかず、　お菓子など、

ほとんどの　ものが　　食べられます。

実は　　「マイスプーン」は、　セコムの　　研究所の　　研究員が

学生時代から　福祉ロボットを　　開発したいと考え、　約10年の

歳月をかけて　商品化　　したものです。　彼は、　福祉施設を

実際に訪ねて、　手の不自由な　方々に、　こんなことが出来たら

助かるのに　ということを　　直接お聞きし、　研究に　没頭しました。

そして、　試作機を作り、　手の不自由な方々に　　使っていただいて

改良を加え、　「マイスプーン」を　　完成させました。

これは、　　日本ばかりでなく、　いまでは　　ヨーロッパの　国々にも

輸出され、　それぞれの国で　　大変　　喜ばれています。

話し方の例2　　ＡＥＤ（自動体外式除細動器）

セコムは、2004年9月から、万一の　心停止の時に、命を救える

AED　（自動体外式　除細動器）を、 長期契約で　レンタルする

「セコム　AED　パッケージサービス」を　開始しました。

日本では、 病院外での　心停止の　発生件数は、 年間2万から

3万件あると　言われています。 この数字は、　交通事故による

死者数の　3倍から　4倍にも　なります。

多くの人が集まる　空港や　鉄道の駅、 球技場や　スポーツジム、

金融機関や　百貨店などで、　突然の心停止で　人が倒れたら、

救急車が　到着するまでの間に、　AEDを　操作することで、

その人の　命を救うことも　できます。

セコムは、 一度使用されたあとに、 いつでも　使用できる状態を

保てるように、 AEDを　レンタルするとともに、 バッテリーの充電や

消耗品の　交換をするサービスを　付加して　提供しています。

すでに、　多くの施設に　利用されていますが、　たくさんの

救命事例が　生まれています。

セコム株式会社　本社／〒150-0001　東京都渋谷区神宮前1-5-1　URL http://www.secom.co.jp/

●お問い合わせ先