

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。



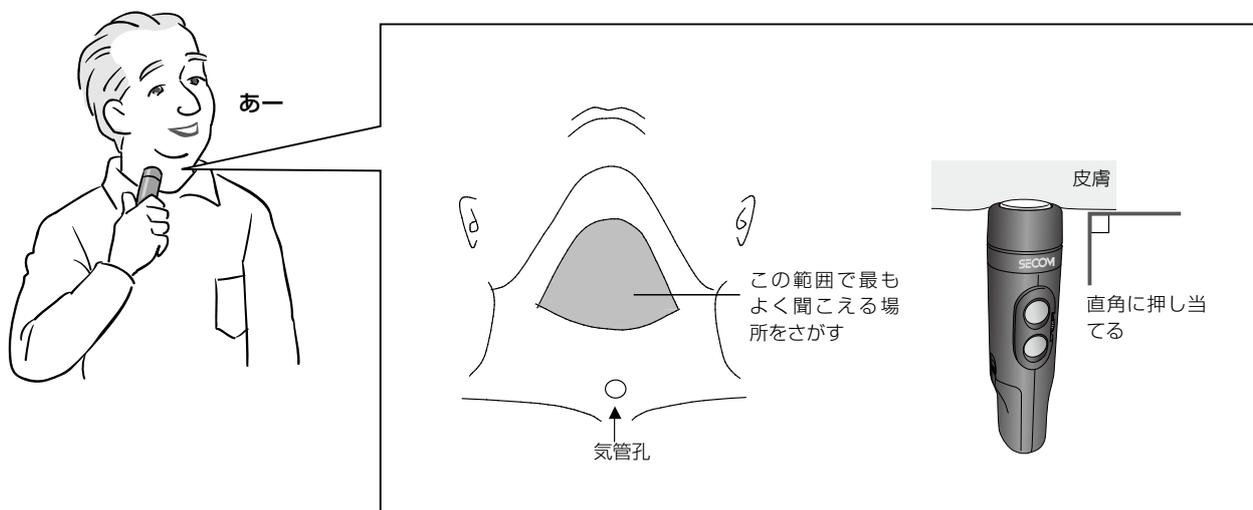
マイボイスを使用した発声を習得するために、以下の段階に応じた練習をおすすめします。

### 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。

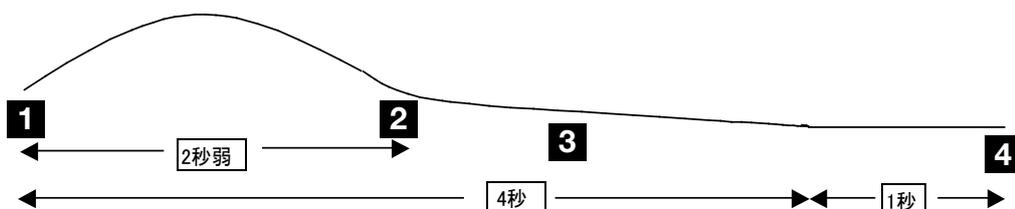
## 3 フラットな発声による読み上げ発声練習（下ボタン）

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。

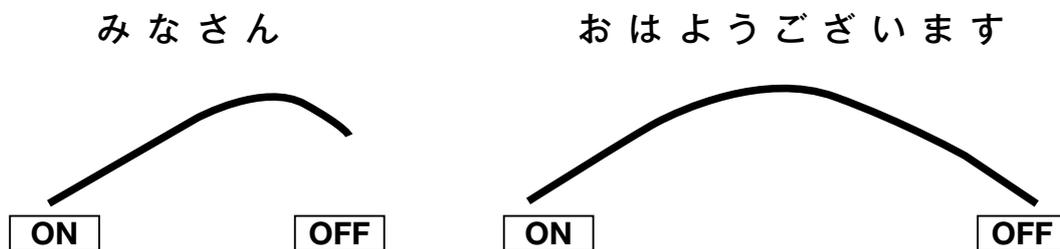


◆自然な抑揚のついた発声をするコツは、上ボタンをあまり長い時間押し続けずに適当なタイミングでボタンを離すことです。

◆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）

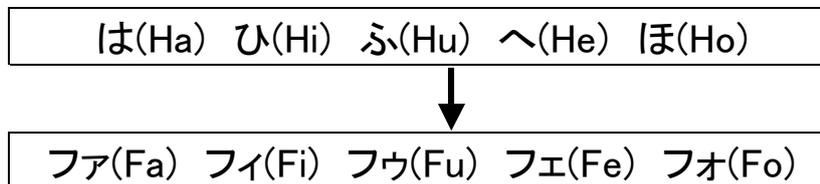
本ガイドの 5 ～ 6 ページを見て、上ボタンを ON/OFF に合わせて押したり離したりしながら、抑揚をつけて発声してみてください。

- ◆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わ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」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

## 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」

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

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

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

一部を 動かすだけで、自分で 食事が できるようにした、

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

日本で初めての 食事支援 ロボットです。これを使うと

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

手の不自由な 方でも、ごはんや おかず、お菓子など、

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

ほとんどの ものが 食べられます。

ON OFF ON OFF ON OFF

実は 「マイスプーン」は、セコムの 研究所の 研究員が

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

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

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

歳月をかけて 商品化 したものです。彼は、福祉施設を

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

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

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

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。

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

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

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

改良を加え、「マイスプーン」を 完成させました。

ON OFF ON OFF ON OFF

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

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

輸出され、それぞれの国で 大変 喜ばれています。

ON OFF ON OFF ON OFF ON OFF

## 話し方の例2      A E D（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

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

AED（自動体外式除細動器）を、長期契約でレンタルする

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

「セコム AED パッケージサービス」を開始しました。

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

日本では、病院外での心停止の発生件数は、年間2万から

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

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

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

死者数の3倍から4倍にもなります。

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

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、

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

金融機関や百貨店などで、突然の心停止で人が倒れたら、

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

救急車が到着するまでの間に、AEDを操作することで、

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

その人の命を救うこともできます。

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

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

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

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

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

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。

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

すでに、多くの施設に利用されていますが、たくさんの

ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF   ON      OFF

救命事例が生まれています。

ON      OFF   ON      OFF

**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

---