

三上りさ氏プロフィール

武蔵野音楽大学ピアノ専攻卒業。

中学時代マザー・テレサに感銘を受け、「音楽の癒しの力」で人の役に立ちたいと音楽療法を学びはじめる。長年にわたり音楽療法士をライフワークとして現在に至る。

<最近の活動>

行政の主催するシニア健康音楽定期講座や施設での音楽療法セミナーを各地で開催。

クライアント毎に目的やニーズや年齢にあわせた多岐にわたるプログラムを設計し行う。

リラクゼーション・健康促進・美容・アンチエイジング・集中力回復・ストレス解消・免疫力強化・ダイエット・誤嚥予防・脳の活性化・認知症予防・寝たきり予防・リハビリ・孤独感解消・生きがいなど。

都内各所にてシニアピアノレッスン、シニアコーラス・シニアカラオケを指導。

各地にて音楽セラピーコンサートやリトミックコンサート出演。

財団法人の依頼にてオリジナルヒーリングミュージック CD アルバム作成。

エルパでは、コンサートと音楽療法を組み合わせた「オンライン音楽会」出演。

<メッセージ>

皆さんこんにちは。講師の三上りさと申します。どうぞよろしく願いいたします。

ピアノ・歌・各楽器の先生方へ

レッスンのブレイクタイムに、音楽療法を取り入れてみませんか？

「音楽脳トレ」は楽しく簡単にできるので、シニアの生徒さんに大変喜ばれています。

リラクゼーション効果もありますので、集中力回復にもつながります。

また、脳を活性化させて体も元気にします。

そして生徒さんと楽しい時間を共有する事で、笑顔が増えて信頼関係や絆がより深まります。

今、憧れの楽器や歌を習ってみたいというアクティブなシニアが増えています。

これからどんどんシニアレッスンのお仕事が増えてくると思われます。

この講座では、ネットには載っていない、私が実践から学んだシニアレッスンのコツやポイントもお教えいたします。

このライセンスを取得いただきますと、エルパでのシニアレッスンのお仕事につながりますので、是非ご参加下さい。

皆さんと当講座でお会いできるのを楽しみにしております。