

TUA レッスン紹介一覧 v17.01.25			
レッスン区分	レッスン名称	講師	#
フリーレッスン	ボーカルトレーニング	aiko	16D201
フリーレッスン	感動を与える！エンタメ講座	KenZ	17B201
フリーレッスン	夢を叶える！エンタメ講座	KenZ	17B202
フリーレッスン	佐伯玲子の☆しゃべくり50！	佐伯	16D204
フリーレッスン	佐伯玲子の☆演技しやがれ！	佐伯	16D205
フリーレッスン	PA初級	KenZ	16D206
フリーレッスン	ライブパフォーマンストレーニング/PA中級	清水/KenZ	16D207
フリーレッスン	MC/アナウンススキル	小林	16D208
フリーレッスン	舞台演技	森田	16D209
フリーレッスン	ボーカル総合	古賀	16D210
専門レッスン	ボーカルレッスン	古賀	16D103
フリーレッスン	演技総合	谷口	16D212
フリーレッスン	ボイストレーニング	山畑	16D215
フリーレッスン	演技基礎	八木	16D213
フリーレッスン	発声 of ハッセー！	長谷川	16D214
フリーレッスン	作曲ワークショップ/DTM	KenZ	16D216
フリーレッスン	モデルポディットトレーニング	MSW	16D217
専門レッスン	モデルレッスン /Standard	MSW	17A102
フリーレッスン	CMモデル/マルチタレント オーディション対策	佐々木	16D218
フリーレッスン	ダンス総合	Yuka	16D219
フリーレッスン	モデル総合	島田	16D220
フリーレッスン	演技・声優基礎	長谷川	16D221
専門レッスン	演技・声優総合	長谷川	16D106
フリーレッスン	音感トレーニング	KenZ	16D224
フリーレッスン	リズムトレーニング	KenZ	17A101
専門レッスン	ボーカルレッスン	清水	16D107
フリーレッスン	キーボード～初級	KenZ	16D222
フリーレッスン	作曲～入門	KenZ	16D225
フリーレッスン	アーティストのための育成プログラム	橋爪	16D223
専門レッスン	ボーカルトレーニング	橋爪	16D108



〒169-0075
 東京都新宿区高田馬場 1-1-13 セントエルモ西早稲田B1F
 TEL 03-5155-7761



レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	ボーカルトレーニング	火 18:00～18:50	aiko
レッスンの目的	基礎発声の習得と歌う為の体、響きのある高音づくり		
レッスン内容	ゴスペルソングを中心に基礎発声の応用 各パートに分かれてアンサンブルを繰り返す中で音感を強化		
こんな人向き	響きが豊かで、体に無理(負担)のない声量を修得したい ハモリ、リズム、高音が苦手		
講師からのメッセージ	「リクエストがあればゴスペルソング以外の曲でも課題曲にできます、邦楽でも OKです、是非、受講して下さい！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	感動を与える！エンタメ講座	火 20:00～20:50	KenZ
レッスンの目的	自分以外の人にエンターテイメントを届ける手段の助け		
レッスン内容	エンターテイメントとは何か…エンターテイメントな感動を与えるにはどうしたら良いか…の講座		
こんな人向き	エンターテイメントが良くわからない人、お客さんを喜ばせたい人		
講師からのメッセージ	お悩み相談室だと思って受講して下さい		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	佐伯玲子の☆演技しやがれ！	水 18:00～18:50	佐伯
レッスンの目的	自分が一番魅力的に輝けるキャラクターの発見しアドリブ力とユーモア力を養う		
レッスン内容	MCやレポーター、バラエティトーク番組等のシミュレーションレッスンやトークのトレーニング、アクションとリアクションの力を養成 コントや寸劇等の台本やネタ制作を皆とディスカッションしながら、作り込みのサポートも行う		
こんな人向き	アドリブ力、トークのスキルやセンス、自己表現力を身に着けたい 笑いに特化したしやべり、間のセンス、ネタや芝居を作っていく「いろは」が知りたい人		
講師からのメッセージ	「オリジナルのレッスンメニュー満載！真剣に遊ぶ！！そんな感覚で参加して下さい。レッスン場は「ラボ(実験場)」です。失敗を恐れず、思ったまま、感じたままを自由に表現していきましょう！ "1000"の失敗を笑かなければ"1"の成功は掴めない！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	ライブパフォーマンストレーニング	水 20:00～21:30	清水
レッスンの目的	ライブに向けたレッスン、さらにオーディション対策も兼ねる		
レッスン内容	歌全体のパフォーマンス、人前で歌うことによってお客様が楽しめているか、オーディションによる自己革新など、実践を通じたミュージシャン養成 (PA中級と合同)		
こんな人向き	パフォーマンス力、持続力を身に着けたい、人前で歌うのが苦手、ライブ経験を積みたい		
講師からのメッセージ	「超実践的で超現場的にPAやステージ上で表現してみたい人は大歓迎！「PA初級」と併せて受講すると上達も早い！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	夢を叶える！エンタメ講座	火 19:00～19:50	KenZ
レッスンの目的	個人のエンターテイメント性向上の助け		
レッスン内容	エンターテイメントとは何か…エンターテイメントな夢を叶えるにはどうしたら良いか…の講座		
こんな人向き	エンターテイメントが良くわからない人、やりたいことが出来ていない人、夢に向かって不安がある人		
講師からのメッセージ	お悩み相談室だと思って受講して下さい		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	佐伯玲子の☆しゃべくり50！	水 17:00～17:50	佐伯
レッスンの目的	トークを達者にする！		
レッスン内容	毎回色々なスタイルで、様々なテーマについてとにかくしゃべり倒す！ どうしゃべったら面白くなるか？言葉選びの発想力や、間の取り方を習得する		
こんな人向き	MC力を身につけたい、習得したい人 人との会話が苦手な克服したい、という人		
講師からのメッセージ	「どのジャンルを目指す人も、しゃべりが達者だと、バラエティでのお仕事も増え、プレイヤーとしての幅が広がります！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	PA初級	水 19:00～19:50	KenZ
レッスンの目的	スタジオ機材の使用や操作を覚え、さらに機材についての知識を増やし自分のライブ活動などに役立てる		
レッスン内容	音響、照明等の操作技術、それらの表現技術、マイク、ミキサー、スピーカー、照明、照明卓の使用や配線テクを実技によって学ぶ		
こんな人向き	機材の操作や表現方法を学びたい、機械操作が苦手、音楽、歌、作曲、ライブが好きな人		
講師からのメッセージ	「音や光(照明)に興味があって、それらを体感して操ってみたい人は大歓迎！！ PAスキルを身に着けると自分のライブや舞台などの演出が段違いに良くなります。 PAを人任せにしないで自分で演出しちゃいましょう！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	PA中級	水 20:00～21:30	KenZ
レッスンの目的	初級で修得したスキルを実践で試しに音や光の操作技術を磨く ライブ時の PA 関連マネジメントなどを実践的に学ぶ		
レッスン内容	ライブをシミュレーション(歌い手とPA&照明側に分かれ)して、現場の雰囲気の中で実践的ワークショップ(トラブル対応など生の現場での対処方法も含む)(ライブパフォーマンスと合同)		
こんな人向き	PA 初級以上の技術を身に着けたい、歌の練習、ステージングの練習、大音量で音を聴きたい人、生の現場(ライブ感)が苦手を克服したい		
講師からのメッセージ	「超実践的で超現場的にPAやステージ上で表現してみたい人は大歓迎！「PA 初級」と併せて受講すると上達も早い！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	MC/アナウンススキル	木 18:00～18:50	小林
レッスンの目的	声を通して表現をする能力を高め、話したいことを豊かに表現し、伝えたい相手に的確に理解してもらう力を養う		
レッスン内容	滑舌および発声の練習(母音の形を意識→子音発音ロングトーンなど)ナレーション原稿の練習と発表(ニュース、ドキュメンタリー、スポーツ等、多分野)フリートーク(時間を計り構成する)		
こんな人向き	声の表現力や声のバリエーション、あるいは人前で自分らしく喋る技術を身につけ新たな自分らしさを発見したい人、滑舌(クリアな発音)、人前で喋ることが苦手		
講師からのメッセージ	「受講生はさまざまなジャンルからレベルで参加されています。各レベルやリクエストに可能な限り沿うように、言いやすい、喋りやすいクラスを目指しています。一緒に頑張りましょう！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	ボーカル総合	木 20:00～20:50	古賀
レッスンの目的	ボーカル力の向上を徹底的に目指す		
レッスン内容	音程を安定させるための基礎、高音へのアプローチを楽にするための基礎発生、基礎を習得した上での表現への応用		
こんな人向き	歌で心を伝えて観衆に魅力を伝える力を身につけたい、音程を安定させることや高音域・低音域の歌が苦手		
講師からのメッセージ	「アーティストとして最低限必要なスキルを身につけましょう！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	演技総合	金 18:00～18:50	谷口
レッスンの目的	表現の基礎から応用、感情や感情の扱い方を学ぶ		
レッスン内容	リアルな感情を考え感情を開放する、演技における会話・やり取りを身につけ、さらにこれらを利用して逆手に取った表現方法を取得する		
こんな人向き	感情表現を修得したい、感情のやり取りが苦手		
講師からのメッセージ	「演技に関してレッスン目的以外のことでリクエストに合わせて対応します」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	演技基礎	金 19:00～19:50	八木
レッスンの目的	表現に必要な楽器(自分自身)を調整し、内面と身体をつなげてより良い音(声)が出せるよう、よりシンプルに伝えやすい身体にコントロールする。		
レッスン内容	頭で考える芝居から楽しんで身体が動く芝居へ。具体的にその場所・状況にいることから始めます。		
こんな人向き	芝居やオーディションで自分らしさを出したい人。メッセージをきちんと伝えられるようになりたい人。		
講師からのメッセージ	今までと違ったやり方で、少し楽になる(楽しくなる)方法を体験してみませんか！		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	舞台演技	木 19:00～19:50	森田
レッスンの目的	自分の感じる自分の気持ちを表現、他人の気持ちを感じ取れる役者になる		
レッスン内容	日常生活からヒントを得て、舞台の台本、舞台演技を構築するレッスンです。また、演技の飛躍を考え、自己解放していきます。		
こんな人向き	細かい演技を身につけたい、自己表現が苦手		
講師からのメッセージ	「自分の中にある常識を破りたい人、いつでも来て下さい」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
専門レッスン	ボーカルレッスン	木 20:00～20:50	古賀
レッスンの目的	オリジナル曲制作を中心にボーカル発声と表現方法の基礎訓練から応用まで		
レッスン内容	作詞、作曲の初級から楽曲制作とそれに応じたボーカルレッスン 初心者でも1ヶ月で作れる作曲方法を指導		
こんな人向き	歌を自分の表現で歌う方法身につけたい、作詞・作曲・表現が苦手		
講師からのメッセージ	「自分で表現してこそアーティストです！！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	ボイストレーニング	金 18:00～18:50	山畑
レッスンの目的	身体を使い低音域から高音域をつなげる、5母音の正しい発語方法		
レッスン内容	腹式呼吸(肺と横隔膜の有り方と使い方)、息を以て声を発する、音階で音域を広げる、ポルタメントやヴィブラートの使い方(各々の曲に合わせて)		
こんな人向き	腹式呼吸で歌う事、音域を広げたい、苦手な音域がある、声を大きく遠くに通る声にしたい、それぞれの歌いたい曲を物真似でなく各々の個性で歌えるようにアドバイスする		
講師からのメッセージ	「マイクを使用せずにホール舞台で5階席最後列まで声、言葉を届けるような発声を指導しています」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	モデル総合	金 20:00～20:50	島田
レッスンの目的	モデルとしての幅広いスキルと知識の習得 美と健康を兼ねた身体づくり		
レッスン内容	様々なシーンを想定したポージング、美しく、カッコよく歩くことを基本とし、「アップ」「ダウン」「ニュートラル」の歩き分けやターンの使い分け、オーディションや撮影、ショーなどの現場で必要な知識の修得		
こんな人向き	美と健康、モデル全般のスキルを修得したい、ウォーキングの歩き分けやターン、ポージングにおける表情を作るのが苦手モデル志望でなくても正しい姿勢や歩き方を身につけたい		
講師からのメッセージ	「美しく、カッコよくあることが結果としてモデルのスキルにつながります。自分の身体の癖を取り除いて、モデルとしてのステップアップのお手伝いをします」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	モデルボディトレーニング	土 15:00～15:50	MSW
レッスンの目的	モデルに必要な美しい姿勢とメリハリボディを手に入れる。		
レッスン内容	美しい姿勢とメリハリボディ作りのための自重トレーニングとストレッチ。		
こんな人向き	キレイな身体を手に入れてモデルとして活躍したい人		
講師からのメッセージ	「美しい姿勢とメリハリボディを一緒に手に入れましょう！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	CMモデル/マルチタレントオーディション対策	土 17:00～17:50	佐々木
レッスンの目的	オーディション等を意識した突破力の養成		
レッスン内容	セルフインタビュー等のポイントやコツを伝授 実際のオーディション等を想定し受講生一人ずつテーマに従って演技を行う実践を重視した内容		
こんな人向き	演技力を身に着けたい、自分の殻を破りたい、人前に立つことが苦手		
講師からのメッセージ	「モデル・声優・俳優・ミュージシャン志望等、さまざまなジャンルの受講生がいます。あらゆるジャンルには演技力が必要だという意識を持った受講生が増えました。本番やオーディションで実力が発揮できるように一緒に頑張りましょう！演技経験がない方でも気軽に参加して下さい！！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	発声 of ハッサー！	土 19:00～19:50	長谷川
レッスンの目的	発声を習得し、使いこなせるようにする。喉を開く、腹式呼吸、自然体で発声し喋る。		
レッスン内容	腹式呼吸での発声。 喉を開いて声を出す練習。		
こんな人向き	俳優/声優/役者等、腹式呼吸での発声を身につけたい、習得したい人発声練習では上手くいくが、セリフ等になると上手くいかない人、声量を大きく、長くしたい人、ひたすら声を出したい人		
講師からのメッセージ	「地味で地道な内容です。メンテナンスのつもりで参加下さい。」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	演技・声優基礎	日 14:00～14:50	長谷川
レッスンの目的	俳優・声優に必要な演技の基礎を習得する、人前で演技することに慣れる		
レッスン内容	ウォーミングアップ、短いテキストを使っでの演技練習		
こんな人向き	掛け合いや他者との交感など、他者を交えた演技が苦手、セリフを沢山喋りたい者向け		
講師からのメッセージ	「とにかく参加してからの楽しみ！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
専門レッスン	モデルレッスン / Standard (中級)	土 16:00～16:50	MSW
レッスンの目的	モデルの基本となる、ウォーキング・ターン・ポーズングスキルの修得を目指す		
レッスン内容	基本的なウォーキングの動き、4種のターン、ステータップでのポーズング 基本的なポーズングカットの修得、ロケ・スタジオでのポーズングを想定したスキル		
こんな人向き	ショーでのウォーキングスキルを身に付けたい ポーズングスキルや魅力的な笑顔を身に付けたい		
講師からのメッセージ	「ウォーキングはショーだけでなくオーディションも本番です。プロのモデルに相応しいウォーキングを身に付けましょう！」 「モデルは学歴ではなく写真写りが勝負です。ポーズングを学び魅力あふれる被写体モデルを目指しましょう」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	ダンス総合	土 18:00～18:50	Yuka
レッスンの目的	ダンス、音楽を通して心・体・頭の融合を目指す		
レッスン内容	ウォーミングアップ、ストレッチの後に、その日のルーティーンに関連するステップ練習、音楽・アクセント・ルーティーンを理解する、課題ルーティーンを何度も繰り返し練習して体に入れ込む一番大切なのは素直に楽しむこと！		
こんな人向き	音楽に対する体の動きのポキャラリーを増やしたい、フリースタイルの音楽に身を任せるのが苦手		
講師からのメッセージ	「必ず何かを吸収して帰ってもらえるクラス内容を意識しています。一緒にいい汗を流しましょう！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	作曲ワークショップ/DTM	土 19:00～19:50	KenZ
レッスンの目的	曲を作る楽しさ、音で表現する喜びを知る。		
レッスン内容	楽器や音が鳴るモノを使い、音楽を奏でる。PCを使い、DTMで曲を作る。曲を作る人には、更に良くなるアドバイスも行う。		
こんな人向き	曲を作りたい、DTMを身につけたい、習得したい人、(アレンジ(編曲)が)苦手で克服したい、という人		
講師からのメッセージ	「楽器やPC(DTM)の持参OKです。」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
専門レッスン	演技・声優総合	日 15:00～15:50	長谷川
レッスンの目的	俳優・声優に必要な演技の基礎を習得する、作品を理解して演じられるようにする		
レッスン内容	ウォーミングアップ 台本やテキストを使っでの演技練習		
こんな人向き	台本やテキストへのアプローチを学びたい、わかっているのにうまく表現できない、演じられない人、自主性を養いたい者		
講師からのメッセージ	「必殺のマラソンマシンガントーク炸裂するぞ！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	キーボード～初級	日 16:00～16:50	KenZ
レッスンの目的	キーボードの基礎を学ぶ、打鍵に必要なリズム感を養う		
レッスン内容	キーボード(ピアノ)を弾く姿勢の指導、1本指から5本指～両手で弾く、1人あるいは全員で演奏		
こんな人向き	鍵盤楽器を弾くスキル、音感を修得したい、リズム感・楽器演奏が苦手		
講師からのメッセージ	「レベルは問いません、音楽好きな人であれば大歓迎♪レッスン内容は初心者向けなので安心！さらに「作曲～初級」と併せて受講すると早く弾けるようになる！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	作曲～入門	日 17:00～17:50	KenZ
レッスンの目的	音楽理論に基づき音楽や作曲スキルを修得する		
レッスン内容	ドレミ・コード・メロディの作り方、おもしろくオリジナル性のある楽曲の作り方、柔らかい音楽脳をつくるための頭のトレーニング		
こんな人向き	音楽の構造に興味がある、作曲方法を身に着けたい、歌や音感が苦手		
講師からのメッセージ	「ジャンル問わず、音楽好きな人は大歓迎♪「キーボード入門」と併せて受講するとさらに理解度が深まります！！」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	アーティストのための育成プログラム	日 18:00～18:50	橋爪
レッスンの目的	総合芸術であるミュージカルを基礎アーティストとしてのスキルアップを目指す		
レッスン内容	発声、ストレッチ、ミュージカルの歴史や概論を学びながら、さまざまな作品を題材に進める		
こんな人向き	アーティストになるためのスキル習得したい歌、ダンス、芝居などが苦手で強化したい		
講師からのメッセージ	「楽しみながら一緒にスキルアップしましょう」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
専門レッスン	ボーカルレッスン	日 19:00～19:50	清水
レッスンの目的	ライブに向け実践力を養う		
レッスン内容	マイクワーク、ステージング、観衆に慣れるための場数を踏む。自分にフィットした楽曲選択歌の特長を引き出すことを学ぶ。		
こんな人向き	ライブ力の養成がしたい、本番に弱い人		
講師からのメッセージ	「カラオケに歌わされていませんか？ホントにその曲が好きで歌ってるんですか？キーはあってますか？一度根性を試されにきてください」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	音感トレーニング	日 16:00～16:50	KenZ
レッスンの目的	音を聴いて、すぐにキーを合わせられるような耳(感覚)を鍛える。		
レッスン内容	ピアノと頭と声を主に使い、ドレミファソラシの間隔を反復練習し感覚を鍛える。音源等を使い『ド』の音を探し当てるゲーム感覚のトレーニング。耳が鍛えられてきた人は、和音(コード)が聴き取れるようピアノ&音源等を使いトレーニングする。		
こんな人向き	音感を身につけたい、習得したい人 音程を合わせたりオクターブやハモリが苦手で克服したい、という人。		
講師からのメッセージ	「いつでもどこでも・誰にでも、自信を持って素敵な音を奏でる人は結果的に超素敵です。音感を付けてファンをいっぱいGET出来ちゃう人を目指しましょう♪」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
フリーレッスン	リズムトレーニング	日 17:00～17:50	KenZ
レッスンの目的	音を聴いて、すぐにノリを捉えられる感覚を鍛える。		
レッスン内容	リズムやノリを図解や身振り手振りで理解する。 音・モノ・身体を使い、リズムやノリの通りに表現してみる		
こんな人向き	リズムがおかしいとか不思議と言われる人、音楽のノリ方を知らない人、とにかく音楽が好きで、音が鳴ると体が動いてしまう人。		
講師からのメッセージ	「いつでもどこでも・誰にでも、自信を持って素敵なリズム奏でる人は結果的に超素敵です。リズム・ノリを身に付けてファンをいっぱいGET出来ちゃう人を目指しましょう♪」		

レッスン区分	レッスン名称	開講曜日・時間	担当講師名
専門レッスン	ボーカルトレーニング	日 18:00～18:50	橋爪
レッスンの目的	プロを目指す方から初心者まで発声のベーシックからミックスヴォイス、ポップス、ミュージカル発声、テクニックを学ぶ		
レッスン内容	呼吸とそのしくみ、発声に必要なマッスルの伸ばし方。力を抜き、響きを獲得する手法・テクニック。換声点をスムーズにし、音域を拡げる手法。		
こんな人向き	ミックスボイス、ポップス、ミュージカル発声を学びたい。パフォーマンス、体の力を抜く事が苦手。		
講師からのメッセージ	「身心を解放し、楽しみながらプロを目指すトレーニングをしましょう」		