

男性講座

シニアのための♪

音楽療法講座

昭和歌謡を楽しく歌って、身体や脳を鍛え、
元気に健康寿命を延ばしましょう♪♪

日時

2月1日、2月15日

2月29日、3月14日

いずれも木曜日 10:00~11:30

- | | |
|-----|--|
| 場 所 | 総合福祉センター3階 会議室4 |
| 対 象 | 市内在住の概ね65歳以上の男性
(全4回参加できる方) |
| 内 容 | 健康に役立つ呼吸法、口の体操、
発声練習、歌唱 |
| 定 員 | 20名(先着順) |
| 講 師 | 川村 真弓 氏(認定音楽療法士) |
| 受講料 | 無料 |
| 持ち物 | 水分補給用の飲料 |
| 申込み | <u>1月10日(水)~1月26日(金)</u>
定員になり次第終了
火曜日~土曜日(祝日除く)
午前9時~午後5時 窓口・電話可 |
- ※電話での申し込みの場合、初日のみ午後1時から