

みんなで歌って元気度アップ!

コーラス講座

歌ったり笑ったりすることは、心や生活を豊かにすることはもちろん、喉の筋肉に刺激を与え飲み込み機能の低下予防や、発声の効果による心肺機能の維持向上にもつながると言われています。

さあ、男性も女性もみんなで一緒に歌って笑って、楽しく仲間づくり・健康維持・介護予防を目指しましょう!

●と き 令和2年1月17・31日、2月7・21日

3月6・20日(金曜日)全6回

午前10時~11時30分

●ところ 作野福祉センター 1階 テイルーム

●対象 市内在住の60歳以上の方、18歳以上の障がいのある方

●定員 30名(全6回参加できる方)

●講師 花井 玲子 氏(安城音楽協会会員)

●参加費 無料 ●持ち物 飲み物

●申込み 12/20(金)午前9時より 作野福祉センターにて受付

(先着順・電話可・受付は各日午後5時まで) ※12/28~1/6は受付不可

●問い合わせ・申込み先 作野福祉センター TEL72-7570

