

♪ 楽音活 ♪

参加者募集!!

- ☆みんなで歌いながら手遊びや指遊びで「脳の活性化」♪
- ☆リズムに乗って楽しく「ストレッチ」や「転倒予防」♪
- ☆歌を歌って「ストレス発散」「心肺機能の向上」「口腔体操」♪
- ☆いろんな楽器に触れてみんなで楽しく「合奏」♪
- ☆講師による「生演奏」（声楽・器楽）を披露♪

【日 時】 令和 8 年 11 月 9 日（月） 13 時 30 分～15 時

【場 所】 老人福祉センターワークセンター和楽園 2階集会室

【対象者】 市内に住んでいる 60 歳以上の方 先着 30 名

【講 師】 株式会社ハセガワ楽器介護予防音楽療育指導講師

【参加費】 無料



【申込方法】 10 月 19 日（月）から来園またはお電話で

※水分補給用の水筒・ペットボトルなどをご持参ください

尼崎市立老人福祉センターワークセンター和楽園

尼崎市東大物町1丁目1番3号

電話 (06)6488-2485

受付時間 午前9時～午後5時

休園日 木曜日・祝日

地図 QR コード

