



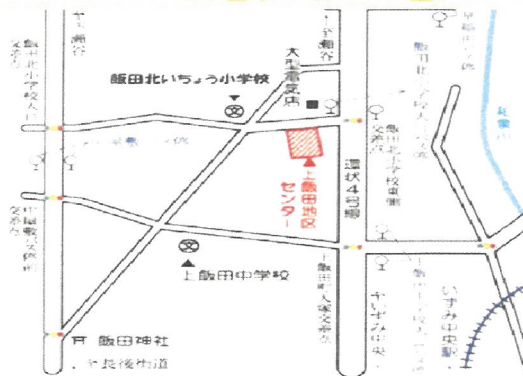
日程:令和8年2月19日(木)

時間:10:00~11:30

場所:上飯田地区センター

対象:どなたでも参加OK(申込制)

講師:音楽療法士 小柳 玲子氏
(音楽スペースおとむすび主宰)



♪当日の内容♪

歌うことは、口や舌を動かし、飲み込む力（嚥下機能）をやさしくサポート。ゆったり呼吸で、心も体もリラックス。

声を出して、笑って、みんなで楽しく♪

今こそ、歌で健康習慣を始めませんか？

実際の演奏を交えながら、皆さんに馴染みのある曲と一緒に歌います。音楽を通して、楽しく学べる講座です。
どうぞお気軽にご参加ください。

申し込み:上飯田地区センター:☎045-805-5188

申込み開始:R8年2/11(木)~

内容に関するお問い合わせ先:上飯田地域ケアプラザ
(☎)045-802-8200 担当:石井