



シニアのための 音楽レクリエーション ～ 心も身体も歌って元気に！～



- ◆ 日時 令和5年12月7日(木) 10:00～11:30
- ◆ 会場 もりりん高野
- ◆ 対象・定員 シニアの方15名 ※ 超過の場合抽選
- ◆ 持ち物 運動しやすい服装(座って活動します)・飲み物
- ◆ 参加費 無料
- ◆ 講師 やまゆう氏(高齢者福祉音楽支援専門士)
- ◆ 申込方法 ① 申込フォーム(QRコード) 
② 中央公民館窓口(官製はがき持参)
いずれかで申込む
- ◆ 締切 11月30日(木) 12:00まで



みんなで
懐かしい歌を歌いながら、
身体を動かしましょう！

