

青葉福まち健康講座のご案内

「なつうたで健康維持を」

～歌で脳トレ 歌でボイストレーニング 楽しく歌ってストレス発散～

新型コロナの感染が第5類になって相当の期間が経過しましたが、まだまだ収束には至っておらず、まだまだ予断を許さない状況が続いておりますが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。

この度、「ケアラズ北海道」(大橋 理事長)様のご提案により「なつうた Sapporo」の川口 真奈美 様による『なつうたで健康維持を！』を下記により開催することとしました。

日頃からカラオケに親しんでいる方は勿論のこと、普段は歌うことに馴染んでいない方も、懐かしい歌と一緒に楽しく歌いながら、日頃のストレスを発散し、参加の皆さんと交流するひと時を過ごしませんか。 多数の皆さんのご参加をお待ちしています。

参加費用は無料、事前申込は不要(当日受付)です。

日時 令和7年2月17日(月) 14:00~15:30頃 (当日受付します)

場所 青葉会館 青葉町3丁目2-26

青葉地区社会福祉協議会(福祉のまち推進センター) TEL&FAX 893-2055

<講師等のご紹介>

講師 川口 真奈美 様 「なつうた Sapporo」主宰

司会 大橋 二三子 様 フリーアナウンサー
特定非営利活動法人 ケアラズ北海道 理事長

『高齢者・障がい者の安心への架け橋』をスローガンに、高齢者・障がい者の様々な困りごとの具体的な解決に向けた総合的相談窓口を開設するとともに様々なセミナー開催等を行っています。