

アリーノで歌って動いて
健康寿命をのばそう！



水芭蕉の会

健康長寿のつどい

『歌おうかい』

毎月第3火曜日・14:00時スタート（13:30開場）
参加費500円申込不要 持物・飲物&タオル

第1部 今月の歌（歌唱指導・加賀康晴）

第2部 音楽療法士・佐々木良江の音楽で若々しく

4/16(火)・5/21(火)・6/18(火)
7/9(火)・8/20(火)・9/10(火)

健康寿命をのばそう

シニア・リトミック体操

毎月第4月曜日・14:00時スタート（13:30開場）
参加費500円申込不要 持物・飲物&タオル

音楽・リズムで身体運動と脳トレを行って心身活性化
講師 音楽療法士・佐々木良江

4/22(月)・5/27(月)・6/24(月)
7/22(月)・8/26(月)・9/23(月)

令和6年度川崎市住民主体による要支援者支援事業
主催・水芭蕉の会 代表 井口絹代 090-1817-5347
協力・有馬野川生涯学習支援施設アリーノ
会場アリーノ2階集会室044-853-3737