

参加者
募集

音楽で心も体もリフレッシュ！

音楽 倶楽部

(1クール目)



65歳以上の方を対象に教室を開催します。

音楽の活動は、ストレスの解消・リフレッシュ効果・運動・呼吸機能の強化・コミュニケーション意欲の増進・社会性の向上等の効果が期待できます。

日程

毎週木曜日

8月20・27日

9月3・10・
17・24日

10月1・8日

(全8回)

時間

10時～11時30分

場所

基山町民会館
1階会議室

(基山町大字宮浦666)

持参品

水分補給できる物
健康ポイントカード
(お持ちの方)

定員

20人

内容

- ・呼吸法
- ・口腔体操
- ・身体活動
- ・歌唱指導
- ・器楽演奏
- ・生演奏の鑑賞等

受講料

無料



※この教室は健康ポイント事業の対象です。

応募多数の場合は初めての参加される方が優先です！

問合せ
申込先

基山町 プラチナ社会政策課

TEL：0942-85-7056

FAX：0942-92-7184

