

令和7年 2025年度

みんなで楽しく

シンガ・シング・ミュージック

うたいましょ

歌うことは健康にも最高の特效薬。呼吸法で心身の緊張を和らげてリラックスしながら歌いましょう。口の周りの筋肉も自然に鍛えられて美容効果と幸せ力もアップ。声の準備運動と童謡、唱歌、懐メロなどみんなで楽しく歌っていきましょう。

内容

会場

中川地域ケアプラザ 多目的ホール

< 令和7年度 4月~12月の開催日 >

日程

● 4月16日(水) ● 5月21日(水) ● 6月18日(水)
● 7月16日(水) ● 8月20日(水) ● 9月17日(水)
● 10月15日(水) ● 11月19日(水) ● 12月17日(水)

時間

13:30~15:00

対象

どなたでもご参加ください

定員

先着50名様

参加費

500円

当日会場にお越しください
13時~受付開始いたします



講師

永村 かおる

(Orange Music ♪)

《 お問い合わせ 》

■ 横浜市中川地域ケアプラザ
TEL 045-500-9321
地域活動交流

