

脳活サークル 12 月例会 「音楽療法の実践ほか」と「忘年会」

音楽療法とは、音楽の持つ様々な働きを用いて、生活上の問題の解決・軽減を図り心と体の元気を取り戻そうとするものです。高齢者の音楽療法においては、歌うこと・楽器を演奏すること・音楽に合わせて体を動かすこと・音楽を聴くことなど様々な活動プログラムを用いますが、今回は歌うことを中心に皆さんと楽しみます。



1. 日時：12月3日（月） 10時～（9時30分から受付）

2. 内容：体操・音楽療法（参加費 100 円）と忘年会

*10時～10時30分：身体と心を柔軟にする「腕振り体操」ほか

10月行事「ほっとスペースさつき」を訪問した際、教えて頂いた体操

*10時30分～12時：「歌を中心とした音楽療法とお話し」

講師：佐井佳代子氏：武蔵野音楽大学音楽教育学科声楽専攻卒業・音楽療法士

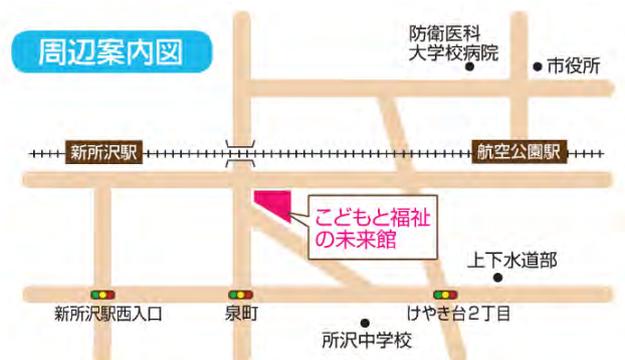
・歌声喫茶のようにキーボードに合わせてみんなで歌う。

リクエスト曲があれば事前に連絡ください。

*12時30分～忘年会：「藍屋」を予約：ランチ 1566 円（飲物は個人払い）

☎2926-0491

3. 場所：こどもと福祉の未来館：
多目的室3号、4号



4. 申込み・問合せ先：

本橋：2944-1555、薄井：2945-2660、山本：2995-0976

加曾利：2939-2308

5. 平成30年最後の例会です。多くの方の参加をお待ちしています。

