

歌う×笑う×音の
組み合わせで元気になる

音で あそぼう



参加
無料

歌・楽器が苦手な方も大丈夫！

2026 6月17日 水
13:30～15:00

講座内容 (一部紹介)

365歩のマーチ

見る・歌う・動くことで
体の元気スイッチを入れる

カスタネットでいきいき

曲に合わせてカスタネットをたたく

心を合わせて

ハンドベルを楽しみます



【ご安心ください】

- ・すべて座って行います
- ・どなたでも楽しめます

- ◆ 大きな声を出したい！
- ◆ おもいきりハンドベルやカスタネットを鳴らしたい
- ◆ 脳トレしたい
- ◆ 楽譜は読めないけど音楽大好き

講師の紹介



西村佳珠子

永犬丸西町で約30年エステルピアノ教室を主宰
親の病気をきっかけに高齢者向けの講座を始める
現在、ピアノのレッスンとともにデイサービスや自宅教室にて高齢者向けの活動も行っている

定員 先着 16 名様

申込・お問い合わせはセンターへ

永犬丸西市民センター

692-5760