

# 歌声広場

代表者名 : としがり とみと  
設立年月日 : 令和2年4月1日  
登録No.213



福祉 / 健康

## こんな活動しています

みんなで歌うことにより、口や舌を意識して動かし、オーラルフレイルを予防して、健康寿命を延ばす（含む呼吸機能、誤嚥防止、認知症予防など）

大きな声を出すことで、ストレスの発散、家にいることが多くなる高齢者の心の健康維持（同年代の交流）

月に1回（原則第4日曜）に、大町公民館分室2階 講堂（または総合福祉センター2階 大会議室）にお出でいただき、1人1回100円の参加費で気ままに参加してもらい、午前10時から2時間で約20曲をみんなで歌う。

## お知らせ・PR

歌の上手・下手は関係ありません。筆記用具と自己補給水分（水筒・ペットボトルなど）、1人1回100円の参加費で、ささいな口や呼吸器の機能の衰えを予防し、進行者の簡単な説明を聞きながら、童謡・唱歌・懐かしいメロディーなどを皆さんで歌って、楽しいひと時を過ごしましょう。



## 【お問い合わせ】

担当者 : 北澤 佳伸  
所在地 : 大町市社5876-1 (館之内)  
電話番号 : 0261-22-6175  
FAX番号 : 0261-22-6175  
E-mail :  
Web :