

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、総合福祉センター 2 階 大会議室にお出でいただき、1 人半年 100 円の参加費（初めての方は歌詞カード代 300 円）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 人半年 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。
※最初に簡単な体操もするようになりました。9:45 を目安にお出かけください。



【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 :