

中央公民館主催講座

音楽で心と身体を 健康に

～笑顔の健康時間～



実施日時

11月30日(月)
10:00～11:30



講師

人見 恵子さん (音楽療法士)



場所

中央公民館 展示講座室



対象

おおむね60歳以上の方



定員

20人 (要予約・先着順)



参加費

無料



持ち物

飲み物・動きやすい服装

歌って
動いて
笑って
元気に!



◆申込開始

11月2日(月)～11月24日(火)

※定員に達し次第、締め切ります

◆申し込み先

赤磐市立中央公民館 (赤磐市下市337)

☎ 086-955-0069 (平日9:00～17:15)



▲QRコードからも
お申込みいただけます