

歌体操ボランティア講座

～いつでも、どこでも、歌にあわせて～



みなさんに馴染みのある歌に合わせて
身体を動かす歌体操です。音楽の好きな方
ボランティア活動を始めませんか？

日 時：平成29年11月22日（水）29日（水）
12月5日（火）（全3回）
午後1時30分～3時30分

場 所：西区社会福祉協議会 第1会議室
（西区新町4-5-14 西区役所合同庁舎6階）

内 容：歌体操の基礎と実践
（基本体操と若返り体操・体操の実践・ボランティア活動について）

講 師：在宅リハビリと歌体操研究所
所長 寺島 龍子 氏

定 員：30名 先着順

費 用：無料

申 込：西区社会福祉協議会
西区ボランティア・市民活動センター
TEL 6539-8075・FAX 6539-8073



◇ 電話かFAXでお申込ください

