

福祉講座

「心豊かに暮らしていくために」第3弾

～脳が喜ぶ音読と音楽パワーを日常生活に取り入れよう～



こちらをスマホで読んでいただいてもOKです

主催 静岡県教職員互助組合静岡支部
静岡退職互助部
担当 福祉委員会

- 1 目的 音読や歌うことを通して脳を元気にすると、認知症やうつ病の予防になることを知る。また、声を出すことで運動系が活性化し言葉が出やすくなるなど、音読や歌うことのメリットを知り、日常生活に役立つ楽しさを知る。
- 2 日時 令和8年10月9日（金） 13時30分～15時00分
受付 会場入口 13時15分～
- 3 会場 静岡県教育会館（すんぷら一ざ）4階 大会議室
- 4 募集人員 30名（最少催行人員21名）
- 5 内容 ① 脳と音楽の関係、音読がもたらす脳への効用を知る。
② パタカラ体操・ハシカベ体操など
③ 音読の練習
④ みんなで歌って音楽パワーを味わおう。
- 6 申込み 期 間 令和8年9月2日（水）～9月25日（金）
下記の内容を記入の上、ハガキ又はFAX、又はWEB（互助新聞の二次元コード）で申し込む。
①事業名 ②氏名 ③〒・住所 ④電話番号（自宅・携帯）
- 7 申込先 〒420-0856 静岡市葵区駿府町1-12
静岡県教育会館内 静岡県教職員互助組合静岡支部静岡事務所
FAX 054-251-6032
TEL 054-252-3934
- 8 問合せ先 静岡退職互助部 福祉委員会
米津七生（262-8404）