

歌って 若返り

開催日時

4/21 (火)

12:00
~14:00

講師 宍倉 陽子 先生

パソコン（スライド）を使った歌の講演会となっています。

懐かしい童謡や歌謡曲を歌うことで、脳の活性化や心肺機能、嚥下機能の向上を図り、心身共に元気になりませんか。

定員

千葉市内在住の60歳以上の方

先着 **25**名

持物

お飲み物

申込

4/3 (金) 9:30~開始

※定員に達し次第受付終了

※申込は、電話・FAXまたは直接受付まで。FAXの場合は「氏名・住所・年齢・性別・電話番号」を忘れずにご明記下さい。