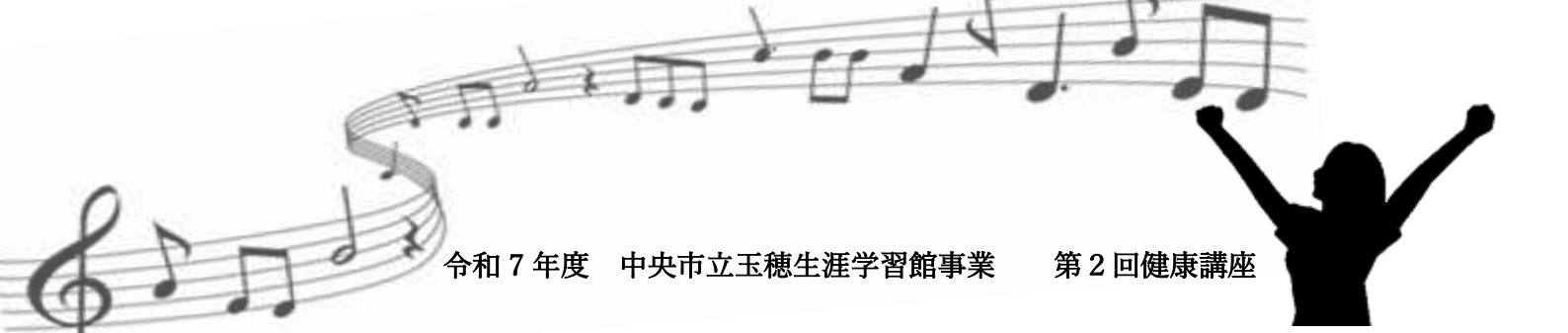




令和7年度 中央市立玉穂生涯学習館事業 第2回健康講座

心と体をほぐす音楽療法

なじみの曲を口ずさんでみませんか？
歌いながら楽器を鳴らしたり、体を動かしたりします。
どなたでも無理なく簡単に参加できる、音楽療法を一度体験してみませんか？
そして心と体をリフレッシュしましょう！

令和7年 **10月5日(日)** 午後2時～午後3時30分
(開場 午後1時45分～)

場 所 中央市立玉穂生涯学習館 2階研修室

定 員 30名

申込期間 9月12日(金) 午前10時 ～ 10月2日(木) 午後5時
玉穂生涯学習館カウンターまたはお電話にて

(9月12日・13日は蔵書点検休館中の為、お電話のみの受付となります。)

持 ち 物 タオル、飲み物

ながぬま とし み
講師 長沼 敏美 先生

日本音楽療法学会認定音楽療法士・日本音楽療法学会関東支部幹事・山梨音楽療法研究会所属
元小学校教員。市の介護予防事業、認知症カフェ、地域のサロン活動、公民館活動で音楽療法を
実施している。
また、児童放課後等デイサービス、成人の障がい者施設、高齢者施設で音楽療法を行っている。
高齢者施設での音楽活動実践は27年になる。