

祇園支部ニュース

2023年

祇園支部総会

日時 5月16日(火)

会場 ふれあいセンター協同

(支部総会) 10:00~10:30

(学習会) 10:30~12:00



テーマ 「うたと音楽」の力で身体機能や脳機能の維持・向上

学習会

講師 糸賀 千昌 さん

(音楽健康指導士 ピアノ講師 ボイストレーナー 地域音楽コーディネーター)

歌唱は、口腔機能の維持向上、ストレス改善、免疫力の向上、認知機能低下予防、脳の活性化など、健康面にもたらす効果は絶大です。音楽と運動を組み合わせることで、様々な相乗効果が期待できます。音楽のもつ力が、日常生活の充実に欠かせない身体と心の健康に繋がります。

充実した生活を送れるよう、楽しく歌って身体を動かしましょう。



(6月の予定)

1日(木) 楽歌生(カラオケ) 10:00~

6日(火) からだとくらし西布 10:00~

14日(水) 老後(かがやく会) 10:00~12:00
定期総会 (ほこり)

20日(火) 支部会議 10:00~
キ子式総会 10:00~

24日(土) 総代会 13:00~15:00
(佐東公民館)

27日(火) 支部学習会(江波气象台)
(くらしの学校/10月)

29日(木) 平和の夏のつどい 13:30~15:00
(ほこり)

「からだとくらし」配布員募集中

5部程度の「からだとくらし」の配布にご協力をいただける方を募集中です。

一緒に広島医療生協と活動をひろげましょう。