

気軽に歌ってストレス解消

ハッピーメロディ♪歌って健康

7月開講 随時講座 講師:中野愛子
第2第4(水)10時30分～12時

① 7/10 ② 7/24 ③ 8/14 ④ 8/28 ⑤ 9/11 予備日 9/25

須磨区文化センター音楽室(地階)

**受講生募集！
見学大歓迎**

歌うことで、表情が豊かになります。

歌うことで、活発に呼吸をし血液の循環が良くなります。

歌うことで、NK細胞が活性化され免疫力アップします。

歌うことで、誤嚥性肺炎や肺気腫気管支炎を予防します。

歌うことで、唾液が出て口腔トラブルを防止します。

初心者も自信のない方も安心して歌えます。

お子様(未就学児)同伴也大歓迎。

男性もお一人暮らしの方も大歓迎。

♪海
♪夏の思い出
♪知床旅情
♪見上げてごらん夜の星を
♪瑠璃色の地球
♪夜明けの歌
♪涙そうそう
♪長崎の鐘 他



歌って笑って友達ふやそう♥

講師：中野愛子

お申込み：須磨区文化センター 2階 事務所 078-735-7641

須磨区文化センター

〒654-0035 神戸市須磨区中島町1丁目2-3

JR「鷹取駅」下車……………北西へ歩いて9分

JR「須磨海浜公園駅」下車…北東へ歩いて9分

山陽電車「東須磨駅」下車…南西へ歩いて9分