

団体名

楽笑 りずみっく♪

活動内容

※イベントの様子など、写真なども活用しながらわかりやすくご記入ください。



りずみっく♪

～笑う門には福来る～

仲間とのつながり感じながら、いっぱい笑いましょう

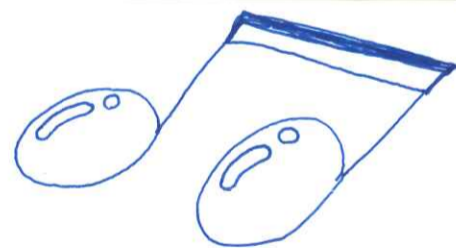


季節にあった懐かしの曲を
力を合わせてベル演奏！
名曲(迷曲)を奏でます♪

様々な脳トレを音楽に合わせて挑戦♪



指体操・椅子に座ってできる
かる～い体操 日常生活
に必要な筋肉を刺激？



りずみっく♪は
音にふれながら、楽しく心と身体のエクササイズ・脳の活性化
基礎体力の維持・老化遅延を目指します。

今後の活動予定や募集告知など

※定例活動やイベント情報、メンバー募集などありましたらご記入ください。

りずみっく♪は、音楽を学習することが目的ではありません。
音楽(リズム・メロディ)にふれながら、脳と身体をつかい愉しみながら皆さん
個々のペースでの健康促進を目指しています。

募集などの問合せ先は以下にご記入ください(※任意記入)

団体名	楽笑 りずみっく♪	代表者 (もしくは担当)	森川 恭子
所在地 (主な活動場所)	しまだ市民活動センター	連絡先	090 8957 3764 (森川)