

【市民活動団体紹介シート】

しまだ
市民活動
センター

団体名 **楽笑 りずみっく♪**

みんな～で～
※※※ **楽笑 りずみっく** ※※※



音楽を通じて身体を動かし
楽しみながら脳トレしましょう



♪ **身体でリズムを感じましょう**

ステップリズムで身体を動かすことで、日常生活に必要な筋肉の衰えの予防に繋がります
手や指先を使って、脳に刺激を与え活性化を図りましょう



♪ **歌いましょう・ベル演奏は名曲（迷曲）ばかり**

童謡・懐メロなど懐かしい歌を歌いましょう
歌をうたうことは、体に酸素をたくさん取り入れることができます
それが、血行を良くし、心肺機能の強化につながります



おやこで

なかよし りずみっく♪

♪ **お子さんといっしょに 音・リズムあそび**

歌やリズムに合わせて身体を動かし親子で楽しみながら音あそび

日時 第二・第四火曜日 10時20分～11時10分

参加費 教材貸出料 500円

場所 島田市地域交流センター歩歩路

対象 就園前のお子さん(概ね1～3歳児)と保護者
事前予約は不要です。直接会場へお越しください



団体の問合せ先など以下にご記入ください（公式ホームページへの公開情報となります※任意記入）

団体名	楽笑 りずみっく♪	代表者 (もしくは担当者)	森川 恭子・津村 彩子 (シニア) (子ども)
所在地 (主な活動場所)	島田市地域交流センター歩歩路	連絡方法	090-8957-3764