

【市民活動団体紹介シート】

興味ある団体がありましたら
各団体へ直接お問合せくださいね。

団体名

樂笑 りすみっく♪

しまだ

市民活動
センター

活動内容



おやこでなかよし りすみっく♪ ♪お子さんといっしょに 音・リズムあそび

音楽を通じ音やリズムを自然に感じながら親子で愉しみながらリトミック

年齢の近いお友達とセッションすることで、様々なコミュニケーションが生まれます。

歌やリズムに合わせ身体を動かすことで表現豊かになります

ステップリズムでお子さんの動きを大切にしながら身体運動発達へと繋がっていきます。



おもちゃのチャチャチャ♪
おやこでチャチャチャ♪



シニアのための脳トレ

樂笑 りすみっく♪ 笑う門には福来る♪♪

♪仲間とふれあう時間を持ちましょう

わいわい仲間に囲まれながら楽しく過ごし、
発散する場所があることは大切です
みんなが自らの意志で身体を動かし、思い出を語り合い、
表現することで、精神健康の向上を目指しましょう



♪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 いつでもお試し参加どうぞ



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などありましたらご記入ください。

おやこでなかよし りすみっく♪
第2.4火曜 10:20~11:10
#しまだ #りすみっく

シニアのための脳トレ
りすみっく♪
第2.4月曜 13:30~15:00

団体の問合せ先など以下にご記入ください（任意記入）

団体名

樂笑 りすみっく♪

代表者
(もしくは担当者)

森川恭子 ~なかよし~ 西村

所在地
(主な活動場所)

地域交流センター 歩歩路

連絡方法

090-8957-3764