

8月1日受付開始

高齢者の現場ですぐに役立つ

若返りリトミック 実践講座

「若返りリトミック」は、音楽を楽しみながら心身の若返りと認知症予防などを図ることを目的に、国立音楽院が研究開発したメソッドです。

音楽に合わせて指先や顔の筋肉を動かすことで脳の活性化を図る「**頭の若返り**」、懐メロや童謡を歌うことで幼少期や青春時代の楽しい思い出を回想する「**心の若返り**」、仲間と一緒に歌ったりストレッチを行うことによる「**体の若返り**」の3つの若返りが期待できます。

この講座では、入所型施設利用者など介護度の高い方用と、デイサービスや老人クラブイベントなど比較的元気な方用の2つのステージに分けて、実践的な学習をします。

各会場では異なった内容のプログラムを用意しております。それぞれ魅力的な内容ですので、是非この機会にご参加ください。

日時 ① **11/3** (金・祝) **10:00~15:00**

② **1/24** (水) **10:00~15:00**

会場 ① **クラッセ川越** 多目的ホール

② **春日部市中央公民館** 体育館

受講料 ① **500円** ② **無料**

定員 ① **50人** (事前申込み・先着順)

② **100人** (事前申込み・先着順)

くにたち

講師 **国立音楽院** 濱田幸子氏 松島裕子氏 (音楽療法士)

受講資格 **県内在住・在勤の、医療や福祉分野で働く方**

または高齢者施設等でボランティア活動をする方

主催：**公益財団法人いきいき埼玉**

共催：**春日部市中央公民館 (春日部会場のみ)**

「若返りリトミック実践講座」申込書(①川越・②春日部)※○印をつけてください

※どちらの会場も申込み可能です。

年 月 日

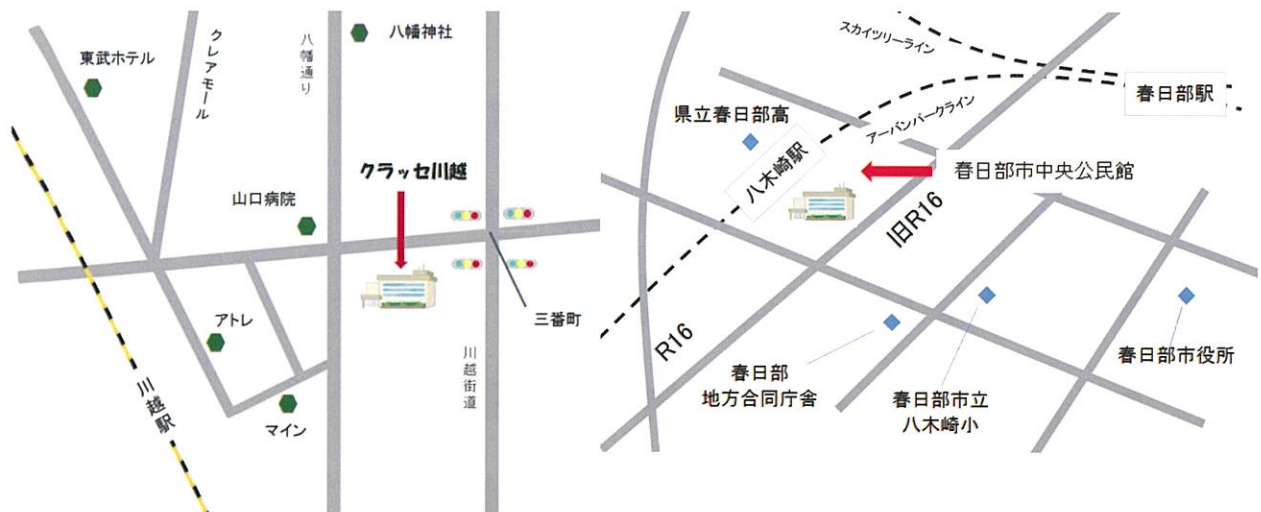
| | | | | | |
|------------|--|----|-----|----------|---|
| フリガナ 氏名 | | 性別 | 男・女 | 年齢 | 歳 |
| 住所 | 〒 | | | | |
| 電話 | 自宅・職場・携帯 | | | | |
| 所属 | 法人・任意団体・個人 ← いずれかに○を付けてください | | | | |
| | | | | | |
| 職種等 | 医療職 職種: | | | 経験 年数 | 年 |
| | 福祉職 職種: | | | | |
| | ボランティア等 活動分野: | | | | |
| 自由記載 | 参加の動機や、講座に期待することを、ご自由にご記入ください。 ----- ----- | | | | |

FAX:048-728-2130

※受講が決定した方には、受講案内をお送りいたします。

※同封の振込用紙で、受講料のお支払いをお願いいたします。(若返りリトミックを除く)

※お申込み時点で定員を超えていた場合は、ご連絡を差し上げます。



①クラッセ川越

②春日部市中央公民館

公益財団法人いきいき埼玉 高齢者いきがい支援担当

〒362-0812 伊奈町内宿台6-26 埼玉県県民活動総合センター内

電話048-728-7951 FAX048-728-2130

<http://www.iki-ikisaitama.jp/>

