

南部保健福祉センター（なのhana館）

けんこう
健康

ハーモニカ教室

内 容

ハーモニカの初級講座

対 象

市内在住の60歳以上の方

日 時 及 び 場 所

6月13日 ～ 8月8日

毎週 月曜日 全8回 ※7月18日は、祝日で休館のため除く。

午前 10 時 ～ 午前 11 時 30 分

南部保健福祉センター（なのhana館） 2階 会議室

※ハーモニカは、空気を吸った吐いたして音を出す楽器なので、心肺機能の強化につながります。また、唇と指先を使うことにより、物忘れや認知症の進行予防にも役立ちます。（インターネットより）

定 員

先着12名（参加費無料）

持 ち 物

- ・ハーモニカ（C調複音）
- ・筆記用具
- ※マスク着用でご来館ください。

申 込 み

なのhana館 窓口または電話にてお申し込みください

受 付 6月1日（水） 午前8時30分より

TEL 0436(92)1481

