

2019年 懐かしい歌♪歌おう会

声を出すことで喉や顔の筋肉の運動になります。

誤嚥性肺炎の予防と認知機能の低下予防のための教室です。

ご自分のペースで声を出しながら継続した参加が介護予防に繋がります。

・千里山コミュニティセンター (<http://sen-com.org/>)

時間 10時00分～11時30分まで

日程 10月28日(第4月曜日) 11月25日(第4月曜日)
12月23日(第4月曜日) 1月27日(第4月曜日)
2月17日(第3月曜日) 3月23日(第4月曜日) 予定

・千里ニュータウンプラザ

時間 10時15分～11時45分まで

(http://www.city.suita.osaka.jp/home/soshiki/div-shimin/senrisyu/_79684/sennrinewtownplazaaccess.html)

日程 10月18日(第3金曜日) 11月15日(第3金曜日)
12月20日(第3金曜日) 1月17日(第3金曜日)
2月21日(第3金曜日) 3月27日(第4金曜日) 予定

・千里丘市民センター (<http://suitacc-ogbc.jp/senrioka/map/index.html>)

時間 10時15分～11時45分まで

日程 10月17日(第3木曜日) 11月7日(第1木曜日)
12月19日(第3木曜日) 1月16日(第3木曜日)
2月20日(第3木曜日) 3月19日(第3木曜日) 予定

会費：半期6回分 4,070円(消費税込み一括納入)

10月より消費税が変わります。

途中入会の場合はお問合せください。

体験料(1回限り)700円です。

お問合せ電話番号：06-6380-3844

おんがく・さ~くる・コスモス