

楽しく歌って♪
身体を動かそう♪

健康おんがく

腹式呼吸を使って、日本や外国の名歌、唱歌、童謡、ポピュラーソングなどを楽しみながら歌います。腹式呼吸は心身の調子を整える、身体にとっても良い呼吸法です。また、歌にあわせて手足を動かすことも行ないます。身体も使い大きな声で楽しく歌って健康な身体作りをしましょう。



☆日程 9/4、18 10/2、16
 11/6、20 12/4、18
 各 9:45 ~ 10:30

各日程、30分前（9：15）より総合受付にてのお申込み

☆ 受講料 500円 (1回)

☆ 定 員 10名

- 健康状態に不安のある方は、あらかじめ医師の診断を得てからお申込下さい。
- お申し込み人数が募集定員より大幅に少ない時は、やむを得ず中止になる場合がございます。
- 教室参加にあたりご記入いただいた情報は、教室運営に使用しその他の目的には使用しません。



ピアノのステキな音の中、歌遊び、楽器遊びをしましょう。

ピアノの音にあわせて、体も使い親子のスキンシップによる音楽活動が、
安定した心の発達をもたらします。

日程	応募日程
9月 4日(水)	8/28~9/3
9月 18日(水)	9/11~17

日程	応募日程
10月 2日(水)	9/25~10/1
10月 16日(水)	10/9~10/15

日程	応募日程
11月 6日(水)	10/30~11/5
11月 20日(水)	11/13~19

日程	応募日程
12月 4日(水)	11/27~12/3
12月 18日(水)	12/11~17

【対象】1歳～3歳のお子様

【定員】8組

【料金】700円

【時間】10:40～11:25

【場所】第一会議室

- ・各応募期日にて、総合受付にて申込みします。
- ・お電話での受付も可能です。必ず本人(保護者)がお申込下さい。
- ・受付は、抽選ではなく早くお申込み頂いた方からとなります。
- ・各教室のキャンセル待ちは2組までお受けできます。
- ・動きやすい服装で参加してください。

厚木市ふれあいプラザ
046-225-2081