

令和元年度 ぴゅあ峡南
普及・啓発事業
(地域活性化事業)

歌の効用で気持ちも高揚!

歌って笑って
健康長寿!!



※無料託児あります
(6か月～就学前)。
開催日の3日前までに
要予約。

声を出して歌を歌うことは心が解放され、自分の中に溜まっていた思考や感情がすっきりすることでストレス解消に繋がります。また、歌うことで呼吸の循環が活発になり、血行の促進、細胞の活性化、免疫力の向上など体にも良い効果をもたらします。

この講座では、男性・女性が共に童謡や唱歌、懐かしの昭和歌謡などを気持ちよく歌い、心と体が整えられることで、より一層の健康増進を図る機会としていきます。

日時 令和元年 12月5日(木) 10:20~11:50

講師 中 なほみ さん (認定音楽療法士)

会場 ぴゅあ峡南 研修室

参加費 無料

対象 一般県民 (老若男女問いません)

定員 100名

共催 南部町教育委員会 (なんぶいきいき大学)



主催・お問合せ・お申込み

山梨県立男女共同参画推進センター

ぴゅあ峡南

TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700

〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2

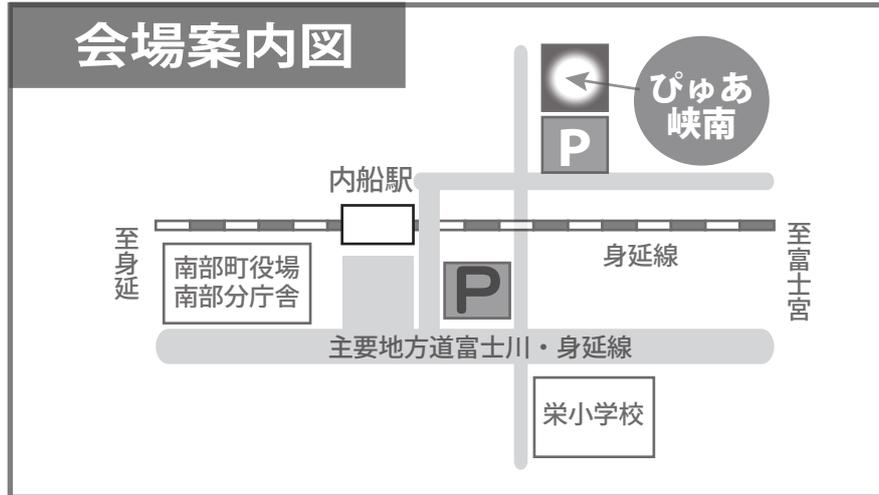
Mail: pure-kyonan@yamanashi-bunka.or.jp

申込み方法: 電話・FAX またはメール

HP: ぴゅあ峡南で検索

検索

ぴゅあ峡南 案内図



山梨県立男女共同参画推進センター

ぴゅあ峡南

TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700

〒409-2305 南巨摩郡南部町内船 9353-2

Mail: pure-kyonan@yamanashi-bunka.or.jp

JR 身延線 内船駅下車 徒歩 3分

令和元年度 ぴゅあ峡南 普及・啓発事業（地域活性化事業）

歌の効用で気持ちも高揚！
歌って笑って健康長寿！！

参加申し込み

お名前

ご住所

お電話番号

※託児ご希望の方は以下にもご記入ください。

お子さまのお名前

(女兒・男兒)

さい

ヶ月)

(女兒・男兒)

さい

ヶ月)

ご記入の上、このまま FAX してください。

送信先 0556-64-4700