

メロディを聴き、リズムに体を揺らし、歌詞を思い出し、声を出すなど、音楽を通してさまざまな脳の部位が協調して働くことによって、脳が活性化され、とても良い刺激となります。リラックス効果やストレスの軽減、介護予防に効果的です。

## 2月4日(火)午後1時~3時

場 所:ぴゅあ富士 視聴覚音楽室

定 員:30名

参加料:無料

講師:笠井身江子さん

(国立音楽大学卒業。ピアノ講師の傍ら、様々な音楽 活動団体を立ち上げ、歌唱指導なども行っている。



どなたでも参加いただけますが 申込みが必要です

## 山梨県立男女共同参画推進センター

## ぴゅあ富士

〒402-0052 山梨県都留市中央 3-9-3 TEL:0554-45-1666 FAX:0554-45-1663 MAIL:pure-fuji@yamanashi-bunka.or.jp



ぴゅあ富士 Facebook

