

詩吟教室へのお誘い

老化の源は喉から

- ・お腹から声をだすので健康・脳の活性化に効果的！
- ・誤嚥性肺炎の予防に！
- ・年齢問わずできます
- ・声を出すと内臓も丈夫になります。
- ・声を出すと元気が出ます。
- ・短歌・俳句・漢詩に節をつけて吟じます

☆ 場所 : 青木公民館 (駐車場あります)

★ 日時 : 第1(金)第3(金)第4(金)

13時~15時

★ 費用 : 1500円

*毎週木曜日・土曜日 13時~15時

幸栄公民館でもやっています。



問い合わせ

岩崎 知夫 090-5790-6533

嶋田 洋子 080-5670-9447