

健康カラオケサポーター養成講座 参加者募集！

健康カラオケサポーターとは？

歌うことの健康効果について正しい知識を持ち、歌やカラオケをより楽しむことを習得された方のことです。

本講座では、歌うことの様々な健康効果について学び、効果的な歌い方や体の動かし方を実際に体験していただきます！



地域の集いや
サロンでも活躍！

楽しく参加できる
健康講座を開催したい！

お店や施設に集まるお客様に
役立つ企画を提供したい！

お年寄りの健康や仲間づくりに
役立つ提案をしたい！

コミュニティづくりに
カラオケをもっと活用したい！

日程・内容 ① 1月14日(土) 午前10:00~11:00
「なぜ、フレイル予防やリハビリに音楽活動を取り入れるのか！」
講師：一般社団法人きぼう 作業療法士 大月 肇 氏



② 1月28日(土) 午前10:00~11:30
「健康カラオケサポーター養成講座①」
講師：株式会社長野第一興商 音楽健康指導士



③ 2月7日(土) 午前10:00~11:30
「健康カラオケサポーター養成講座②」
講師：株式会社長野第一興商 音楽健康指導士



本講座修了者には「健康カラオケサポーターリング」を進呈！

会場 飯山市老人福祉センター湯の入荘（飯山市大字瑞穂 3951）

参加費 **無 料**

定員 先着 20名

申込方法 下記申込用紙に必要事項をご記入のうえ1月6日(金)までに
飯山市社会福祉協議会へFAX またはご郵送ください。電話・メールでの受付も可能です。

お願い 参加される方は当日のマスク着用にご協力をお願いします。
今後の新型コロナウイルス感染拡大状況によっては開催を中止する場合があります。

主催 社会福祉法人飯山市社会福祉協議会

問合せ先 〒389-2253 飯山市大字飯山 1211-1 社会福祉法人飯山市社会福祉協議会
電話：0269-62-2840 FAX：0269-62-2904
Email：s.fukusi@iiyama-catv.ne.jp



本講座は赤い羽根共同募金配分金により開催されます

キリトリ

健康カラオケサポーター養成講座 参加申込書

ふりがな		電話番号
氏名		
住所		地区名 ()