

残席わずか！

# 音楽に合わせた軽い運動と脳トレ シニアのためのリトミック

第1回 9/6 「秋の訪れ」

第2回 10/4 「里の秋」

第3回 11/1 「秋の楽しみ」

いずれも金曜日 14:00～15:30 全3回

初めての方でも楽しめるワークショップ。季節にちなんだ曲を歌ったり、体を動かしたり、簡単な楽器演奏をして心も身体も健康になりましょう。

- ♪ 会 場 九段生涯学習館
- ♪ 対 象 18歳以上の方どなたでも
- ♪ 定 員 20名(先着順)
- ♪ 参加費 1,000円(全3回分)
- ♪ 申込み 9月4日(水)21時までに電話・FAX  
より九段生涯学習館へ



講師 田口葉子

リトミック研究センター  
千葉第一支局長

※FAXの場合…講座名/氏名(ふりがな)/郵便番号・住所/電話番号/年齢/在勤・在学の方は在勤先・学校名を記載

## 【人材バンク活用講座とは】

人材バンク登録者が企画した講座を実施し、人材の育成を図るとともに、サークル結成など自発的な学習活動につなげる講座

- 天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更になる場合がございます。予めご了承ください。
- お伺いした個人情報当講座運営のための目的以外には使用しません。
- 保険に加入させていただく関係上、ご本人さま以外の参加はお断りいたします。
- お子さまの同伴はご遠慮いただいております。

主 催  
問 合 せ



〒102-0074 千代田区九段南1-5-10  
TEL 03-3234-2841 FAX 03-3262-7460  
www.kudan-ii.info

