

生涯現役ワクワク大学

超高齢社会になり、今や「人生 100 歳時代」に突入しようとしています。そうした中で、高齢者がいきいきと人生を楽しみ、幸せな日々を過ごすためにはどうしたらよいのでしょうか？その方策をお互いに学び合ひましょう。

日時

令和元年 12 月 12 日 (木) 13:30~15:00

会場

岡山市北ふれあいセンター 第1・2・3研修室
岡山市北区谷万成 2-6-33 TEL 086-251-6500

会費

500円

定員

40名(先着順) ※定員に余裕があるときは当日受付可

演題：楽しく歌って元気になろう！！

講師：桧山 武雄 先生

昭和・平成のなつかしい曲を、みんなで歌って心もからだも元気になりましょう！！
大声で歌うと、脳が活性化して認知症の予防になるなど、うれしい効果がたくさんあります。**気軽にご参加ください**



内容

桧山武雄の楽しいアコーディオンに合わせて
みんなで大きな声でうたいましょう！！

曲目

小さい秋をみつけた・赤とんぼ・四季の歌
瀬戸の花嫁・高校三年生・有楽町で逢いましょう
川の流れのように 等

お馴染みの曲を歌います！！

問合せ先

(一社) 健康生きがいづくりおかやま

〒700-0013 岡山市北区伊福町一丁目10-17

TEL: 090-7225-8547 (事務局: 吉田和彦)

E-mail: ikigaiokayama@gmail.com

参加申込書

送信先 FAX 086-214-5505

- ・お名前 :
- ・ご住所 :
- ・電話番号 :

※受講決定の連絡は致しません。定員に達し、受講できない場合のみ連絡致します。

主催：(一社) 健康生きがいづくりおかやま