

「音楽で元気を！」

出前します

長期記憶を賦活
するための
回想法をやるよ

発音や発声を
意識して繰り返し
返すから誤嚥
性肺炎の予防
にもなるよ

馴染みのある年代の流
行歌や地域性のある
民謡などを歌うよ



～一緒に歌いましょう～

生活不活発病の改善をめざし、簡単な体操をしたり、参加者みんなで大きな声で歌うことにより唾液の分泌がよくない、心肺機能の促進と共に気分転換もできます。

また、輝いていたころの自分を思い出したいしながら、和やかな雰囲気の中でティタイムには水分補給しながら楽しくお話しして、ゆったりとした時間を過ごせます。

主催



～あなたの心に寄りそう～

NPO法人 仙台傾聴の会

〒981-1232 名取市大手町5丁目6-1

携帯 090-6253-5640

代表理事 森山 英子

名取市市民活動支援センター内

Fax 022-343-9705

E-mail moriyama-e@tulip.sannet.ne.jp <http://sendai-keicho.sakura.ne.jp>