

トーンチャイムを使って楽しく 健康音楽体験

ストレッチや発声・口腔及び脳トレーニングを交えながらレッスンを進めます。トーンチャイムで演奏を行います。楽譜は使用しません。各々のタイミングでチャイムを一振りするだけです！

サンハートホールに癒しの音色を響かせましょう♪

2025年1月20日（月） 10：00～11：00

みなさんで歌いましょう♪

童謡・唱歌を中心に楽しく歌唱します。昔懐かしい歌を歌いながら、みなさんで一緒にリフレッシュしませんか。

トーンチャイムとは？

ハンドベルの一種です。アルミ合金製のパイプをハンマーで叩いて音を出します。その美しい音色にうっとりすること間違いなし！歌唱しながらチャイムの音色に癒されましょう。

🌟 **お申込方法** 🌟 11月1日(金) 10：00～ 募集開始！

お電話またはサンハート窓口にてお申込みください。参加費は、当日のお支払をお願い致します。キャンセルされる際は必ずご連絡をお願いします。



🎵 **講師** 柿崎美也子（やこ先生）

🎵 音もだち主宰
0歳から100歳まで 楽しく有意義なプログラムを提供いたしております。
シニア様向け
フレイル予防を軸として歌唱、口腔トレーニング、手指トレーニング、脳トレーニング、軽運動、トーンチャイムなど。

🎵 **参加費** 1,000円

🎵 **会場** サンハートホール

🎵 **持ち物** ハンドタオル
飲み物（水または白湯）

ご受講にあたって

- 動きやすい服装でご参加ください。
- 車いすでの参加も可能です。
- 途中体調が悪くなりましたら、無理をせず速やかにスタッフにお声掛けください。
- レッスン中での身体の事故が発生した場合、当館では応急の措置のみ行い、その後の治療その他の責めは負いません。