

歌で彩る♪
大人の音楽サロン

なだ音楽サロン
くみこ　講師

簡単な体操とストレッチで身体をほぐし、呼吸を整えた後、無理のない発声練習へと進みます。童謡や歌謡曲など親しみのある楽曲を中心に、参加者の皆さまと一緒に歌いながら進行。姿勢や呼吸、声の出し方もやさしく取り入れ、楽しみながら自然に声を引き出します。無理なく心地よく歌うことで、心身のリフレッシュと交流の広がる時間をお届けします。

2026年11月16日（月）14：00～
一階ラウンジで開催

レクぴったん　企画運営：介護施設・老人ホーム向け出張レクリエーション・イベント代行サービス　レクぴったん