

心もカラダもイキイキ元気！

すこやか **音読** 塾

『心と身体を元気にする音読を体験する』



音読をすることでストレス解消・脳の活性化・認知症予防・誤嚥防止など、心と身体を整える様々な効果が期待できます。

日本語の美しさと楽しさを「声」に出して楽しみながら、健やかな毎日を過ごせるヒントをお伝えします。

カラオケは苦手、表現力は自信がないという方も安心してご参加ください。
脳トレと音読を合わせた講座です。
一緒に楽しく声を出しましょう！

◆日 時 令和7年11月1日(土)

午後1時30分～3時

◆場 所 碧南市哲学たいけん村無我苑研修道場安吾館

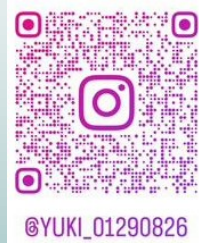
(和室ですが椅子席です)

◆定 員 12名(先着順)

◆参加料 1,000円

◆持ち物 筆記用具、お茶・水、手鏡

音読ヘルストレーナー
講師 今井由紀子氏



無我苑ホームページ



申込み

9月19日(金)午前10時より電話及び窓口にて予約受付。

受付から10日以内に無我苑瞑想回廊事務室にて参加料をお支払いください。

※お支払いいただいた参加料はキャンセルされた場合でも払い戻しはできません。