

5月10日受付開始

笑顔と元気を引き出す介護実践者One-upセミナー

高齢者の現場ですぐに役立つ

若返りリトミック 実践講座



「若返りリトミック」は、音楽を楽しみながら心身の若返りと認知症予防などを図ることを目的に、国立音楽院が研究開発したメソッドです。

音楽に合わせて指先や顔の筋肉を動かすことで脳の活性化を図る「**頭の若返り**」、懐メロや童謡を歌うことで幼少期や青春時代の楽しい思い出を回想する「**心の若返り**」、仲間と一緒に歌ったりストレッチを行うことによる「**体の若返り**」の3つの若返りが期待できます。

この講座では、入所型施設利用者など介護度の高い方用と、デイサービスや老人クラブイベントなど比較的元気な方用の2つのステージに分けて、実践的な学習をします。

日時 **7/26(水) 10:00~15:00**

会場 **熊谷文化創造館 さくらめいと 月のホール**

受講料 **500円** (事前にお支払ください)

定員 **100人** (先着順)

くにたち

講師 **国立音楽院** 濱田幸子氏 松島裕子氏 (音楽療法士)

受講資格 **県内在住・在勤の、医療や福祉分野で働く方**

または高齢者施設等でボランティア活動をする方

申込方法 **①ホームページから**

②申込書を郵送またはFAXで



主催：公益財団法人いきいき埼玉