

# 音楽で心も身体もハッピー〜♪

## 音楽療法でできる

# イキイキ健康法



2012年 6月23日 土曜日  
10:30~12:30

会場：八王子市市民活動支援センター  
講師：八王子音楽療法研究会 代表 新井 幹さん  
参加費：無料  
定員：30名（申込先着順）



音楽を聞くと楽しい気持ちになったり、思い出が蘇ったりしますよね。そんな音楽の持つ効果を生かして心身を健康にする活動が「音楽療法」です。

歌を歌ったり、楽器を使ったり、身体を動かしたりして、心も身体も元気になり、脳の活性化も期待できる！？という「音楽療法」を一緒に体験してみませんか？

アクティブ市民塾6月講座 109

~つなぐ ささえる みんなの想い~

主催 八王子市市民活動支援センター

\* 電話・FAX・メールでお申し込み下さい。

TEL 042-646-1577

FAX 042-646-1587

E-mail npo802@shiencenter-hachioji.org

携帯電話からもお申込みください



◎ センターへのアクセス  
JR八王子駅より東放射線アイロードに沿って徒歩5分。  
京王八王子駅より同じく徒歩3分。  
保健所の向かい、ファルマ802ビルの5階です。  
(1階が薬剤センター)

