

市民講師デビュー講座とは、財団主催講座「市民講師養成コース」を修了した方が、ご自身の知識や技術を活かして行う実践講座です。

受講料無料

三鷹市生涯学習センター 市民講師デビュー講座

若返りイキイキ脳トレ講座

～音楽の力でより健康で楽しく～

誰にとっても身近にある音楽(音)の持つ力を活かし、心と体の健康に役立て、日々の生活を豊かに過ごしましょう。

内容(予定) ■ミュージッククイズで記憶を刺激 ■懐かしい曲で免疫力アップ
■誰でもどこでもすぐできる「簡単音楽活用法」のご紹介など

【日時】 令和4年2月14日(月)
14:00～15:00

【会場】 三鷹市生涯学習センター
ホール

【講師】 師井 和子 さん
(NPO法人あいね代表、音楽教育家)

【対象】 どなたでも
(イスに座って行います)

【定員】 30人(先着順)

【申込方法】

1月14日(金) 午前9時から
三鷹市生涯学習センター窓口もしくは電話
(0422-49-2521)でお申し込みください。

プロフィール

公立中学校・高校の音楽教師を務めたのち、米国大学院で音楽療法を学び音楽療法士の資格を取得。埼玉県立大学、東海大学他で非常勤講師を務める傍ら、子供から高齢者の施設や病院で音楽療法の実践と研究活動に取り組む。

現在、NPO法人(音楽療法研究会)あいね代表理事、東京都立学校スクールカウンセラー。

音楽療法士、臨床心理士、公認心理師
著書に『心に届く高齢者の音楽療法』『心をつなぐ音楽回想法』、訳書に『音楽によるイメージ導入法』などがある。

【注意事項】

- ・館内ではマスクを着用してください。
- ・入室時に検温を行い、37.5度以上の方は受講できません。
- ・咳、のどの痛みなどがある場合は参加を控えてください。
- ・コロナの感染拡大状況により内容の変更や中止する場合があります。最新情報は生涯学習センターホームページでご確認ください。

<主催・問い合わせ先>

(公財)三鷹市スポーツと文化財団 三鷹市生涯学習センター

【電話】0422-49-2521

【Twitter】@ShogaiMitaka

【HP】<https://www.mitakagenki-plaza.jp/shogai/>

〒181-0004三鷹市新川6-37-1元気創造プラザ4階