

アリーノで歌って動いて  
健康寿命をのばそう！



# 水芭蕉の会

健康長寿のつどい

『歌おうかい』

毎月第3火曜日・14:00時スタート（13:30開場）  
参加費500円申込不要 持物・飲物&タオル

第1部 今月の歌（歌唱指導・加賀康晴）

第2部 音楽療法士・佐々木良江の音楽で若々しく

4/15(火)・5/20(火)・6/17(火)  
7/15(火)・8/19(火)・9/9(火)

健康寿命をのばそう

シニア・リトミック体操

毎月第4月曜日・14:00時スタート（13:30開場）  
参加費500円申込不要 持物・飲物&タオル

音楽・リズムで身体運動と脳トレを行って心身活性化  
講師 音楽療法士・佐々木良江

4/28(月)・5/26(月)・6/23(月)  
7/28(月)・8/25(月)・9/22(月)

令和7年度川崎市住民主体による要支援者支援事業  
主催・水芭蕉の会 代表 井口絹代 090-1817-5347  
協力・有馬野川生涯学習支援施設アリーノ  
会場アリーノ2階集会室044-853-3737