

# 公民館イベント情報

## 【声出して、心と体のストレッチ ～ヴォイストレーニング入門～】

令和7年

- ① 1月27日（月） **【全3回】**
- ② 2月10日（月） **午前10時～11時半**
- ③ 2月24日（月）

発声は、全身運動です。正しい発声は心と体のコンディショニングづくりに役立ちます。軽い運動やお好きな歌での発声練習を行います。歌の教室ではありませんので、歌は苦手という方でも問題はありません。どうぞお気軽にご参加ください。

会場：3階 視聴覚室

講師：米田 量子さん（ヴォイストレーニング指導者）

対象：どなたでも（障がいをお持ちの方でもご参加いただけます）

定員：20人（先着）

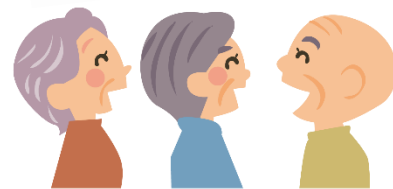
費用：1回500円 ※1回毎のお支払い（3回1,500円）

持物：タオル・水分補給のための水筒またはペットボトル

その他：動きやすい服装でお越しください

申込：12月6日（金）午前9時～電話か来館

運動も交えて  
楽しく発声!



うらめんらん  
裏面もご覧ください

大東市立公民館 [指定管理者：株式会社アステム]

〒574-0037 大東市新町13-30

大東市立総合文化センター3階 公民館事務室

☎072-873-3522 FAX 072-873-0119(代)

休館日：第1・第3月曜(休日の場合は、その翌日)

