

# 音遊びサークル「陽だまり」

陽の光でほっこりと癒されるような、みなさまの居場所になりますように～

●第1回 1月26日(木) 10:30～11:30

\*基本的に、毎月第4木曜日

●参加費 1,000円

●定員 20名程度

●会場 和泉シティプラザ 5階運動室

●申し込み方法 メール又は電話でご予約下さい。

\*メール yurippe55@ezweb.ne.jp

①件名 陽だまり参加希望

②名前 ③連絡先 ※メールアドレス ※携帯電話番号

\*電話 080-6120-9628 (岡本)

## ●内容

\*懐かしのリクエスト…

上を向いて歩こう、王将、学生時代、恋の季節、  
りんごの唄、川の流れのように、など多数

\*音楽にあわせて体ほぐし

\*生演奏の鑑賞(ピアノ、チェロ他) \*美しい映像

\*歌暦だより、脳トレ、楽器あそびなど、交流。

なごやかに～

ほがらかに～

時々にごやかに～

月に1度一緒に、音楽を通して心も体も軽やかに、  
にこやかになりませんか？

始めは音楽に乗って体をほぐし、口もほぐし(誤嚥防止に良いですよ！)

季節の移り変わりを歌で感じましょう。

楽器を使ったり ときには踊り(踊ったつもりでOK)

いつの間にやら お友達も増えているかも…

今さら歌うなんてって、少し尻込みしているような人にも来てほしい～

そんな人にもいつの間にか 平気になれるような会



## 講師▼

岡本百合子 profile

大阪音楽大学大学院ピアノ研究科修了。リサイタル開催。コンサートなど数多く出演。

人の心に音楽で寄り添いたい。そして灯りをともらいたい！と活動中。

和泉市音楽家連盟「音の和」 NPO 法人音楽サポートネット「音結」会員

後援 特定非営利活動法人 音楽サポートネット音結(おとゆい)