

ナツメロ青春クラブ

歌えばハッピー! ☆ 歌っていい友!

うたとも

健康長寿ちば 歌の力 G リーグ 千葉市後援

指導 NPO 法人 うたともクラブ たま☆ソーヤー

会場 千城台 コミュニティセンター 3階 講習室

日時 第2・4水曜日 午前9時30分開場～12時終了 毎月2回

会費 月1500円 (3か月ごと前納) 入会金 無料 定員 25名

* 通信カラオケ利用料(3か月500円)と施設使用料(3か月500円)が加わります。

ナツメロをみんなで元気に歌って、

昭和の青春復活!

楽しい健康長寿!

歌声福祉士が「ナツメロ青春回想法」(NPO 法人うたともクラブ考案)のプログラムにより皆様を歌の力で介護予防・認知症予防へ導きます。

老化の予防は声から。歌えば喉が強くなり、誤嚥性肺炎予防になります。歌って脳力強化。歌の力で脳内ホルモンが活性化し、若々しい感性が蘇ります。ナツメロは認知症のワクチン。歌えば青春時代が思い出されて、ナツメロで青春を共にするうたとの輪が広がり、毎日がいきいきルンルン。

スクリーンの歌詞を見ながらみんなで歌い、マイクは使いません。カラオケや音楽教室ではありません。歌唱指導はしません。

歌の力歌唱法は発声第一、質より量。愛唱歌1000曲を目標に季節の色々な歌を毎回20～25曲歌います。

お試し体験歓迎!

お気軽に会場へお越しください。

★お問合せ先、TEL.090-5785-6652 (徳丸)