



～コロナ禍、声が出にくくなっていますか？～

発声練習でフレイル予防

今回の市民塾は、「自由演劇倶楽部えん」の朝倉有子さんを講師に招き、演劇倶楽部の活動紹介と、発声練習の体験を行います。

シニアタレントとしてもご活動されている朝倉さんの健康の秘訣もお聞きします。「自分もがんばろう！」と勇気みなぎる講座です！

※朝倉さんおススメの〇〇茶付き！お楽しみに～♪

参加費
550円
お茶付き

【当日の会場での感染症対策について】

・換気や消毒など、感染症対策を徹底します。・参加者の皆様はマスクの着用をお願いいたします。

2022年 7月 13日 (水) 14:00~15:30

講師 自由演劇倶楽部えん 代表 朝倉 有子さん

会場 灘区文化センター4階 料理教室

対象

- ・最近、声が出にくくなったと感じる方
- ・発声練習や演劇に関心のある方
- ・高齢者支援を行っている方

お問い合わせ 生きがい活動ステーション
神戸市灘区深田町4-1-39 メイン六甲4階
(神戸市立灘区文化センター内)

TEL 078-857-3022 FAX 078-857-3023

E-mail ikigai@cskobe.com



生きがい活動ステーションは、神戸市立灘区文化センター内に開設され、公益財団法人神戸市民文化振興財団と認定NPO法人コミュニティ・サポートセンター神戸（CS神戸）が協働で運営しています。

お申込



氏名	
住所	〒
電話/FAX	
E-mail	