

SSC オープンセミナー

『 フレイル予防！音の力で脳を活性化♪ 』 ～楽しい時間を過ごしながら～

歌唱やリズムに合わせて身体を動かし、
音楽の力を活用して健康寿命を延ばしましょう！

講師 音楽療法士・介護福祉士
木之下 美奈子（きのした みなこ）さん

日 時：令和8年9月1日（火）
午前10時～11時30分

受付開始：午前9時30分より

場 所：三田市総合福祉保健センター 多目的ホール

募 集：180人（申し込み多数の場合は抽選）

受講料：無料

申し込み：令和8年8月15日までに右側の申し込みフォーム、
FAXまたは郵送で、住所・名前・電話番号を記入し
下記へお申し込みください。



〈申し込みフォーム〉

※受講可否については申し込み締め切り後、通知します。

☞レベル 3 相当以上の気象警報（大雨・土砂災害）、暴風・
暴風雪・大雪警報が発表されている場合、講座は中止します。
※気象警報等の情報は各自で確認してください。

〒669-1595 三田市三輪2丁目1番1号

三田市高齢者支援課

TEL : 079-559-1587 FAX : 079-563-7776

主催：三田市 企画・運営：三田市生涯学習サポートクラブ