

さざなみコンサート

「パールプラネット」歌とハンドベルの参加型コンサート

平成31年3月10日(日)開催



今回は4回目のご出演となる「パールプラネット」の皆様にご披露いただきました。ベルを巧みに持ち替えながら美しく優しい音を奏で、観客の皆様もうっとりしながら聴き入っていらっしゃいました。後半は、鈴・鳴子・カスタネットが配られ、観客の皆様と一緒に歌いながら演奏し、とても賑やかなコンサートとなりました。あいにくの雨模様でしたが、心温まる素敵な1時間となりました。



✿✿皆さまからのお声✿✿

- ・いつまでも聴いていたいチャイムの音色でした。優しい気持ちになれました。
- ・楽器・歌で参加できてとても楽しかったです！

今後のさざなみコンサート



★2019年4月21日(日) 11:00~
「あんだんて&花梨」による
女声二部合唱&オカリナ演奏

★2019年5月19日(日) 11:00~
「明石人丸笛の会」によるリコーダー・
オカリナ・フルート・クラリネットの演奏と踊り



プラザからのお知らせ

✿ はっぴい体操教室・いきいきシニア運動教室の登録について ✿

「はっぴい体操教室」と「いきいきシニア運動教室」の年間登録受付が始まっております。登録がお済みでない方は、抽選結果をお知らせした返信はがきと年間登録費

(はっぴい体操教室 500円、いきいきシニア運動教室 300円) をご持参になり早目に登録をお願い致します。



健康コーナーの体組成計が新しくなりました!

今までは靴や靴下を脱いで、、、と測るまでに時間がかかりましたが、NEWバージョンはなんと靴のまま測ることが出来ます! 乗る前に操作が必要なので測られる際は職員にお声かけ下さい\(^o^)/
日頃の体操の効果を知るためにも、自分のカラダチェックをしてみてください♪



<主な測定項目>

- ・BMI(身長と体重のバランス値)
- ・体脂肪率
- ・筋肉率
- ・推定骨量
- ・基礎代謝量