

音楽子供ワーク

リトミックはスイスの音楽家ダルクローズによって創案された、

身体の動きを通して音楽を感じ、

身体からの感覚や情報を表現することで

音楽を楽しく総合的に学ぶことができるメソッドです。

ダンス、うた、音楽遊び、
知育遊び、手遊びなどを
親子で楽しめます。

親同士の交流から
遊びのヒントやアイディアを
たくさん紹介します。 生活をリスミカルに、
うるおいを持たせます。

だれでも楽しめるスポーツ！ ボッチャ体験会



パラリンピック種目のボッチャ。
子どもから高齢者、障がいのある方
まで、体力に応じてゲームを楽しむ
ことができます。

みんなで、

Let's enjoy Boccia !

親と赤ちゃんのための音楽あそび
開催日：第2・第4水曜日

時 間：10:00～10:40

対 象：乳児(0～1才)と保護者

場 所：コミュニティふらっと方南・多目的ルーム

(杉並区方南 1-27-8)

講 師：井上 愚理（国立音楽大学教授）

参 加 費：各回 大人1名1000円・子ども1名800円

定 員：各クラス 6組

要予約：コミュニティふらっと方南 受付

Tel: 03-3322-4225

E-mail: hounan@sara-project.or.jp

上記のプログラムは長寿応援ポイント対象事業です。

参加された75歳以上の杉並区民の方に、“いきがい活動”としてポイントシールを1ポイント差し上げます。



QRコード

E-mail : hounan@sara-project.or.jp

主催 NPO法人 サラプロジェクト

https://www.sara-project.or.jp/

主催 NPO法人 サラプロジェクト

https://www.facebook.com/hounankan/

主催 NPO法人 サラプロジェクト

https://www.facebook.com/hounankan/

共催：杉並区スポーツ振興財団

コミュニティふらっと方南委託事業者 NPO法人さらプロジェクト

https://cf-hounan.sara-project.or.jp https://www.facebook.com/hounankan/ https://www.facebook.com/hounankan/