

コホミン(湖北地区公民館)

2019年2月 催し物案内

ホール催し案内

※主催者の都合により、変更する場合があります。

2019年1月23日 現在

| 日 | 曜 | 催物名 | 催物時間 | 入場方法 | 連絡先 |
|----|---|----------------------|----------------------|----------|--|
| 10 | 日 | 第37回 踊りと唄の発表会 | 開演 10:30 終演 16:00 | 一般 無料 | 我孫子市商工会 平野 04-7182-3131 |
| 16 | 土 | 新春演歌百選 (飛び入り受付9時) | 開演 9:30 終演 17:00 | 一般 無料 | NGO レッドハート 国際委員会 京 090-3218-3676 |

コホミンの自主事業

歌って健康!

歌声サロン vol.15

お客様が主役!

歌声サロンは、青春の歌や懐かしい童謡など、心に沁みる素晴らしい名曲の数々を生演奏と共に心から歌って楽しむイベントです。



実施日: 平成31年3月8日(金)

時間: 開場 13:30 開演 14:00

終演 16:00 (予定)

場所: ホール

定員: 250人

入場料: 1,000円 (前売・当日とも/全席自由)

※電話予約も承ります。

画面に大きく映る歌詞を見ながら、懐かしい名曲の数々を生演奏と一緒に思いっきり歌いましょう!

2月の休館日は25日(月)です。

《お願い》

駐車場には限りがございますので、ご来館の際は他の交通機関をご利用ください。

ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

指定管理者 アクティオ株式会社
湖北地区公民館
(コホミン)
〒270-1122
我孫子市中里 81-3
TEL 04-7188-4433
FAX 04-7188-7720



コホミンだより



音楽療法でリフレッシュ！

～元気にドレミ♪～

音楽療法をとりいれ、歌・合奏・リズム遊び・ボディーパーカッション・手遊び等、みなさん一緒にコミュニケーションをとりながらリズムで脳トレーニング。わかりやすく音楽のもつ楽しさを学びます。

持ち物：動きやすい服装、室内履き、飲み物

実施日：3月11日（月）

時間：13：00～14：30

場所：第1学習室

定員：20人

参加費：500円

※申込

電話または直接窓口にてお申込みください。

講師：藤原葉子（流山音楽療法）

カラダを知ろうシリーズ

健康長寿への道のり

講義を通してカラダと健康を知り、実際に身体を動かして自分自身をチェックできます。

- 身体チェック（姿勢、柔軟など）
- 使えば変わる心とカラダ（問題提示、解決への道のりなど）
- 3快してますか？（快運、快食、快眠）
- 呼吸（益気功の紹介）

実施日：3月18日（月）

時間：15：00～17：00

場所：第1学習室

定員：30人

参加費：500円

持ち物：動きやすい服装、室内履き、タオル、飲み物

※申込

電話または直接窓口にてお申込みください。

講師：葉山美貴（練功普及指導員）

湖北小学校 書初め展示

コホミンの隣、我孫子市立湖北小学校の児童が書いた書き初めの優秀作品を1階廊下に展示します。

子どもたちの力作をぜひご覧ください！

（2月1日から2月末まで展示予定）

