

介護やすらぎカフェ

♪ミュージックセラピーで リラックス♪



ミュージックセラピーって？

音楽の特性を生かして、対象者の心身に快い刺激を与え、対人的な関係の質を向上させ、情緒の回復や安定を図ります。

さらに、運動感覚や知的機能の改善を促して、心身と生活に好ましい変化を与えます。

今話題の
メロウティハウス
の紅茶とスコーンも
あるよ！！



ミュージックセラピーとして心地よい音楽を聴きながら介護についての悩み、不安、辛いこと等を仲間に話してみませんか？

対象は、現在、介護中の方はもちろん、今後自分が要介護になった時が心配な方などです。

シルバーの会員でない方も参加できますので、皆さん奮ってご参加ください。

日 時：令和8年7月21日（火）

10：00～11：30

- ・ミュージックセラピー
- ・くらしのアドバイス
- ・介護井戸端会議

場 所：西コミュニティセンター（西公民館）

参加費：無料

定 員：10人

申し込み先：公益社団法人敦賀市シルバー人材センター

センターまでお電話又はメールでお申込みください。
電話24-1250

メール：tnsilver@rn.rcn.ne.jp

担当：笹井