



# 和太鼓リズム遊び講座

和太鼓が脳の活性化、健康増進に効果的と注目を浴びています。  
楽しくリズムカルに太鼓を打つことで脳に刺激を与え、全身運動  
の効果を促進します！頭と体を元気にしていきましょう♪



平太鼓を打って、楽しく認知予防と  
体力向上を一緒に困りましょう！！



講師：荒川寿彦 先生  
(二代目 瀬川実徹)

札幌太鼓連合会事務局長 札幌和太鼓倶楽部主宰

前回  
大好評!!

日時：1月15日(月)

- ① 10:00~11:00
- ② 11:15~12:15

和太鼓に触れ合えるチャンス！  
この機会に挑戦してみませんか？  
お申し込みはお早めに！

◆定員：各14名(先着) ◆場所：大広間  
◆持ち物：バスタオル、動きやすい服装、飲み物

申込期限 ~1月9日(火)