

声を出して元気になろう！

発声トレーニング講座

「声を出す」ことは心と体の健康に◎
喉や舌の筋肉を動かすことで誤嚥予防や滑舌向上、
顔周りの筋肉も動くので顔のむくみやしわ改善にも。
「伝わる話し方」で認知予防、ストレス緩和しましょう！

9/12(火)
10:00~11:30



発声の為の《ストレッチ》や《呼吸法》の練習などを行います
自分のペースで、楽しくレッスンしていきましょう♪

【日時】令和5年9月12日(火) 10:00~11:30

【場所】八広地域フラザ 吾嬢の里
2階中会議室

【定員】10名(先着順)

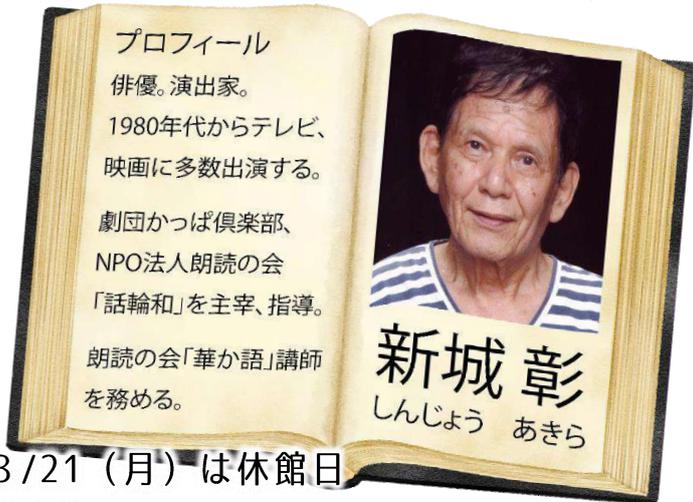
【参加費】1000円

【持ち物】お飲み物

【講師】新城 彰 氏 (俳優/演出家)

【申込期間】8/11(金)~9/10(日) ※8/21(月)は休館日
当日も、空きがあればお申込み可能です

【申込方法】お電話(03-6657-0471)または1階受付にてお問合せください
キャンセルされる場合は9/10(日)までにご連絡ください



交通 / アクセス
(最寄り駅・バス停)

- ◎ 京成押上線「八広駅」下車
はなみずき通り方面出口 徒歩7分
- ◎ 墨田区内循環バス 北東部ルート
⑬「東墨田二丁目」下車 徒歩3分
⑭「八広(八広駅)」下車 徒歩5分
- ◎ 都バス
錦37「八広六丁目」下車 徒歩2分
上23「東墨田二丁目」下車 徒歩3分

