

ほがらが『健康朗読』 の講座

健康のため 声を出してみませんか？

お腹から声を出すことは、運動になり身体に良いとされています。ゆったりと深い腹式呼吸は精神を落ち着かせ、血液の循環を良くします。

また、日本には素晴らしい詩や文章が沢山あります。講師のミニ解説を聞きながら理解を深め、心を豊かにします。

さあ、みんなで大きな声で元気良く、また一人でしつとりと、楽しく朗読してみませんか。個性的な講師が揃いました。

老化防止に、健康増進に、趣味に、健康朗読をお勧めします。

(金曜コース)6月10日(金)1時30分～3時

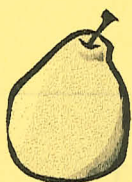
15名 仙台市福祉プラザ・創作室(7階)

(木曜コース)6月23日(木)1時30分～3時

15名 シルバーセンター・第3研修室(5階)

※どちらも同じ内容です。どちらかをお選びください。

受講料:1回500円(毎月1回開催)



〈主催:朗読リラの会〉

〈申し込み・お問い合わせ〉

Tel:080-5000-4596 (竹井)

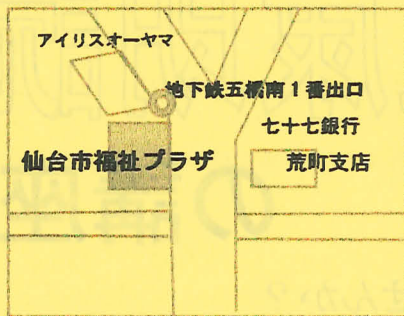
Fax:022-377-1731 (裏面お使いください)

Eメール:mariko50002000@yahoo.co.jp

◇仙台市福祉プラザ

仙台市青葉区五橋2丁目12-2

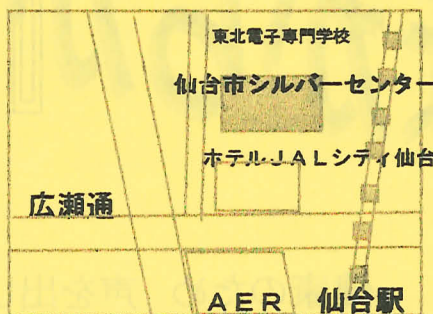
地下鉄南北線[五橋]下車 南1番出口徒歩3分



◇仙台市シルバーセンター

仙台市青葉区花京院1丁目3-2

JR仙台駅・地下鉄仙台駅から徒歩8分



講師紹介 (五十音順)

- 安住健治 (元高等学校校長・元賢治学会会員)
- ウィリーささき。(日本朗読検定協会プロフェッサー・日本演劇情動療法協会監事)
- 竹井真理子 (朗読リラの会代表・演出家)
- 早坂のり子 (朗読リラの会)
- 山下ゆり (朗読リラの会・劇団河馬壱)

朗読リラの会の歩み

- 2007年4月 結成 手さぐりで老人福祉施設・デイケア施設などで『健康朗読』を始める
- 2009年8月 アンネ生誕80周年記念 朗読会&パネル展示『アンネ・フランク物語』
- 2010年11月 杜の都の演劇祭参加 居酒屋「倅」で『満願・貧の意地』
- 2011年11月 チャリティー朗読会『文学で歩く岩手・宮城・福島』 居酒屋「倅」にて
- 2012年10月 演劇公演 盲女性の母と呼ばれた人『光に向かって咲け一斎藤百合の生涯』
- 2013年3月 朗読のつどい『あの日、あの時、わたしの記憶』(震災体験文集朗読会)
- 9月 宮澤賢治没後80周年記念『賢治の朗読ひろば』『賢治のゆめひろば』
- 2014年3月 朗読のつどい『あの日、あの時、わたしの記憶パートII』
- 2015年3月 朗読のつどい『あの日、あの時、わたしの記憶パートIII』(世界防災会議)
- 6月 朗読会『時のかたみに』
- 10月11日 東京公演記念『光に向かって咲け一斎藤百合の生涯』
- 2016年3月 朗読会『語りつぐ、あの日々の記憶』

ほがらか『健康朗読』講座 申し込み

ご希望のコースに ○を付けて下さい	・金曜コース 6月10日 仙台市福祉プラザ	・木曜コース 6月23日 シルバーセンター
フリガナ お名前		
お電話番号		

お申し込みFAX番号 022-377-1731