

令和8年度事業連携実施報告書

連携団体	渋川市ボランティア連絡協議会		
連携事業名	令和8年度元気・活躍シニア地域支えあい活動支援事業 若返りリトミック講座（渋川会場）		
目的	音楽を楽しみながら心身の若返りと認知症の予防を図るため、「あたま」「こころ」「からだ」の3つの若返りの手法とその効果を習得しました。		
日程	令和8年5月8日（金） 9時30分～11時30分		
会場	渋川ほっとプラザ		
講師	濱田 幸子、松島 裕子（国立音楽院認定音楽療法士）		
参加申込者	45名	参加者	41名
参加者の感想	<p>※アンケートから抜粋</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何年ぶりですが、二人のパワーが衰えず 講座全体に溢れていて楽しく学べました。引き込む魅力にあふれていました。 ・楽しく体と頭を使い、講座に参加することができました。沢山の学びがあり、今後のボランティア活動に活用したいと思っております。 ・リトミックの体験は初めてでした。松ちゃん&浜ちゃんの掛け合いも楽しく、あっという間の時間でした。いきいきサロンを担当していますが、内容も高齢者に楽しく、身体を動かしたり歌ったりすることができる内容で、ユーモアも満載。次回も参加したいです。ありがとうございました。 		
講座風景	<p>※講座風景の写真</p> 		