



脳も心も

参加費無料

5歳若返るセミナー

「私はシニアピアノレッスンで千葉県の認知症をゼロにしたいんです！」

誰もが避けたい認知症には、ピアノレッスンが有効だといわれています。体の司令塔である脳をフル回転させて指先までしっかり使うピアノは、その効果が医学的にも認められているからです。私はそんなシニアに特化したピアノレッスンを27年続けてきました。ピアノレッスンを長く続けられているメンバーは皆さんお元気です。ピアノが生活の一部になっており、日々意欲的な生活を過ごされています。当日は、「脳が喜ぶ生活とは?」「イントロクイズ」なども交えて、実生活に活かせる、楽しい時間をご一緒できればと思います。



講師著書



【日時】

- ・ 10月13日(日)
 - ・ 11月10日(日)
- 両日とも 13:30～15:00

【会場】

サンプラザ市原 9階

市原市五井中央西1丁目1番地25
JR五井駅西口直結

講師プロフィール

村山直美氏

ミュージックオフィス村山 代表

千葉市にてシニアピアノレッスン27年、10クラス約60名が在籍。今までに10年以上継続62名、20年以上継続13名を排出。市原市などに新クラスを開講予定。