

大人の本気ダンスプロジェクト

瀬戸市オリジナル口腔ダンス

「瀬戸の情熱」を一緒に踊ろう！

新規講座メンバー募集体験会



日時：令和6年4月25日（木）

時間：14:00～15:00（開場 13:30～）



大人の本気ダンスプロジェクトとは

笑ったり、おしゃべりしたり、歌ったり、食べたり……

健康寿命を延ばす秘訣はズバリ！「お口」にあります。

本市では、お口を動かして口腔機能を鍛えながら、体を動かす運動要素を取り入れた、今までにない新しい瀬戸市オリジナルダンス「瀬戸の情熱」を作りました！

教室ではみんなで楽しく「瀬戸の情熱」などの運動を実施いたします。

そして教室終了後は、ぜひ瀬戸市の伝道師として市内に広めていただけたらと思います。

初めての方大歓迎！

場所：新郷地域交流センター さとの家
（瀬戸市東赤重町1丁目100番地）

内容：簡単な体操をした後に瀬戸市オリジナル口腔ダンス、
「瀬戸の情熱」を体験していただきます。
体やお口を楽しく動かす運動です。ぜひご参加ください。

対象：瀬戸市にお住まいの65歳以上の方とその家族

定員：先着30名

持物：体を動かすことのできる服装、室内用運動靴
水分補給用の飲み物、タオル

瀬戸の情熱動画♪
詳しくはコチラ



振り付けは簡単で、
座りながら踊ることも可能です
気軽にご参加下さい♪

募集締切 令和6年4月19日（金）まで

瀬戸市役所高齢者福祉課（0561-88-2626）へ