

いつまでも元気にいきいきと暮らしたい方へ

音楽と運動で

健康寿命を延ばそう♪

入場無料
※要整理券

令和4年3月17日(木)

開演/午後2時(開場午後1時)

公演時間は約1時間半です。途中15分の休憩があります。

会場/米子市公会堂大ホール

脳も体も楽しく活性化!



コロナ禍の今だからこそ、
懐かしい歌に触れてリフレッシュしましょう♪

講師

- ・原 礼子 (音楽講師)
- ・松田 理咲 (米子市健康対策課 理学療法士)

米子市が新たに作った体操を指導します。
曲に合わせて体を動かしてみましょう♪
(運動が苦手な方でも無理なく取り組みます。)

※内容は変更となる場合があります。

※整理券取扱い場所

(整理券は数に限りがございます)

- ・米子市公会堂
- ・米子市文化ホール
- ・米子市淀江文化センター
- ・ふれあいの里

お客様へ

※感染拡大状況によっては公演の延期・中止等の場合があります。
※当日は、検温、消毒、マスクの着用にご協力をお願いします。
※整理券に、氏名・連絡先を事前にご記入しご来場ください。
※公演当日、37.5度以上の発熱がある方、体調のすぐれない方の来場は
ご遠慮ください。

駐車場

YEASTY PLACE、ひまわり駐車場

(※1時間無料処理をしますので必ず駐車券をお持ちください。)

バス割引乗車券をお配りします



当日(3/17)に市内路線バスで使える200円割引券を、
ご希望の方に整理券お渡し時にお配りします。

※往復ご利用の方は2枚お配りします。※小学生以下は使用できません。