

アクティブシニア

参加無料

歌謡祭

と、その前に二つのお話

3部構成

2025年1月13日
(月/祝) 11:30~15:30

テーマ



地域とのつながり



仲間づくり



居場所づくり

会場案内

札幌市社会福祉総合センター
大研修室

〒060-0042 札幌市中央区大通西19丁目1-1



011-211-4416



jimu@kensei-hok.com

※観賞を希望する方は、直接会場にお越しください。
※オンラインでのご参加や勧奨も大歓迎です。

認知症予防

フレイル予防

おしゃれ心
エチケット

第一部：11:30~12:00 セミナー『地域とのつながりの大切さ』＜講師＞NPO法人シーズネット理事長 奥田龍人

第二部：12:00~12:30 講座『声トレ・歌トレ・のどトレ』＜講師＞ボーカリスト・パーソナリティ トクナリ

第三部：12:30~15:30 歌謡祭『歌でつながろう！』事前に出場希望をされた方々の歌唱を披露します。
＜インタビュアー＞渡邊一栄（歌われていた時代の社会状況や歌手名、選曲の理由などをお聞きます。）



第一部

奥田龍人さん

北海道社会福祉会会長、札幌市
介護支援専門員連絡協議会会長
などを歴任し、社会福祉士やケ
アマネージャーの育成と地位の
向上に努めてきた。2011年
NPO法人シーズネットに活動の
場を移し、「仲間づくり・居場所
づくり・役割づくり」をテーマ
に、サークル、サロンの運営支
援や、孤立防止などの社会づく
りに取り組んでいる。認定NPO
法人シーズネット理事長。



第二部

トクナリさん

マルチボーカリスト・ボイス
トレーナー・音楽健康指導士
として、健康寿命を延ばすた
め「声トレ・歌トレ・のどト
レ・脳トレ」講座で活躍中

特別
講師

主催：北海道

受託事業者：株式会社MOKA. 〒085-0041 釧路市春日町3-6丸平総合ビル3F [TEL]0154-68-4672

担当者：石狩・後志地区コーディネーター 鍋山敏文

(健康生きがいづくりアドバイザー北海道協議会)

