

平成28年度 堺市と関西大学との地域連携事業

# 身体表現・ダンスワークショップ

私たちの周りにはいろいろなダンスがありますが、この講座では、皆で“創って踊る”ダンスを楽しみます。おもに高齢者の方を対象として、簡単な動きを取り入れながら丁寧に身体をほぐし、気持ちよく踊ることを目指します。また、健康調査やインタビューなどを行い、「心身の健康」を実際に目に見える形で明らかにします。

自分の気持ちを乗せて身体を動かすと、心も一緒に元気になる感覚を体験してみませんか。

関西大学人間健康学部の学生たちも講師として登場します！

- 日程 4月9・16日、5月14・28日、6月11・25日、7月9・23日、9月3日・10日（8月は実施なし）  
 <連続講座全10回>

※大学行事の関係上、急遽変更する場合があります。

- 時間 10：00～12：15
- 場所 関西大学堺キャンパス(南海高野線 浅香山駅徒歩1分)
- 講師 原田 純子（関西大学人間健康学部教授）  
 関西大学人間健康学部の学生
- 対象 堺市民の方 35名程度（おもに60歳以上の方）  
 ※応募多数の場合は抽選となります
- 参加費 5000円 ※初回参加時にご持参ください。

※効果測定等のため、講座の中でインタビューなどへのご協力をお願いする場合があります。



昨年度参加者の声

- ・身体の内側から健康になれると思います。
- ・毎回楽しく踊っています。笑って笑って心から嬉しがっている己がいます。
- ・楽しく過ごさせて頂きました。



お申込み方法

住所・氏名・電話番号をご記入の上、ハガキ・FAX・メールのいずれかでお申し込みください  
 <申し込み締め切り>3月25日(金)必着

お申込み・お問い合わせ

〒590-8515 堺市堺区香ヶ丘町1-11-1  
 関西大学堺キャンパス事務室 地域連携担当  
 「身体表現・ダンスワークショップ」係  
 Fax 229-5082 Tel 229-5024  
 Mail sakai-info@ml.kandai.jp

平成28年度前期 身体表現・ダンスワークショップ 申し込みフォーム

住所 〒	—
ふりがな 氏名	電話番号