

のどを鍛える健康声磨き® 講座

定員 17名

のどの不調や、声の衰えが気になる方に、
呼吸法や発声方法を改善し、
楽しく健康に喉と声を鍛えます。

日時 第4木曜 14:00～15:30

講師 染川 かずこ 一般社団法人日本声磨き普及協会
認定インストラクター

参加費 講座回数（残回数） × 500円

材料費 プリント1枚10円

持ち物 飲料水

※期、月により「回数・曜日・時間」の変更がある場合があります。