

越後奥寂庵からのお知らせ

～ リズムセラピー体験と昼食会のご案内 ～

リズムセラピー& ランチタイムで こころもからだも リフレッシュ！

●日時 3月18日（日）

10：30 集合

10：45 リズムセラピー体験

12：30 昼食会

●会場 ゆきだるま温泉 雪の湯

上越市安塚区須川キューピットバレイ

電話：025-593-2041

※会場まではキューピットバレイシャトルバス
をご利用ください。

★行き 虫川大杉駅発 10：00～会場着
直江津方面から 9：38 着
十日町方面から 9：34 着

★帰り 会場発 14：50～虫川大杉駅着
直江津方面へ 15：41 発
十日町方面へ 15：44 発

リズムセラピーとは？

パーカッション（打楽器）を使って、免疫細胞の活性化、セロトニンの活性化、ストレス解消などの癒し効果が得られます。演奏技術がなくてもOK。リズムの迫力を体験しながら、リズムが同調する一体感を味わう体験会です。

ランチタイム

キューピットバレイの料理人が作るランチでお楽しみください！

講師 リズムセラピー研究所代表 贅川治樹氏

小さいときから楽器に親しみ、大学卒業後ドラマーとして活躍する。その後、各国の心身に働きかける療法（セラピー）を学び、各国の認定トレーナー・セラピストとなる。2005年、ヤマハ（株）健康と音楽プロジェクトのアドバイザーを務め、2006年にリズムセラピー研究所を設立。東京都内の介護予防教室や東邦大学医学部教授が代表を務めるセロトニン道場でも指導を行う。上越市大島区に「越後奥寂庵」を開設し、活動・交流の輪を広げている。



参加費：1,500円（体験・昼食代）＊別途、雪の湯入場料がかかります。どなたでも参加できます。年齢・性別は問いません。動きやすい服装で。下記までご連絡ください。お申込み期限は3月10日ですが、30名で締め切ります。

3月18日「リズムセラピー&ランチタイムでこころもからだもリフレッシュ」

【参加申込書】

氏名	住所	電話番号	シャトルバス利用
			あり・なし
			あり・なし

公益財団法人 雪だるま財団 上越市安塚区安塚 722-3

TEL 025-592-3988 FAX 025-592-3324 E-MAIL misako@yukidaruma.or.jp