

## ジーベックホール自主事業

府中に夢中！をみんなでセッション！

### 田川ヒロアキ音楽堂



ロックをテーマにゲストプロミュージシャンによる「府中に夢中！」レッスンワークショップと、参加型コンサートを開催します！

楽器を始めたばかりの人も、楽器愛好家、音楽サークルからおひとりさままでぜひ参加してください。

**とき** 10月8日(日)

**ところ** ジーベックホール

#### ◎楽曲無料レッスン

プロミュージシャンから直接レッスンを受けられるほか、「府中に夢中！」を練習します。

事前の申し込みが必要です。定員に達し次第受け付けを終了します。

**レッスン開始** 10時～

**持参するもの** 楽器

#### ◎コンサート

「府中に夢中！」セッションを含めたゲストプロミュージシャンによるコンサート

**開演** 14時

※開場は13時。

**入場料** 一般…1,000円、高校生以下…無料

**申し込み・問い合わせ先**

田川ヒロアキ音楽堂事務局 (☎45-2029)

## 「ラーゲリより愛を込めて」上映会

第二次世界大戦後の1945年。厳冬の世界・シベリア…死に逝く者が続出する地獄の強制収容所(ラーゲリ)。

絶望する捕虜たちに、山本幡男(主演:二宮和也)は「生きる希望を捨ててはいけない。帰国の日はずっとやって来る」と訴え続ける。

終戦から8年が経ち、誰もが帰国の日が近づいていると感じていたが、彼の体は病魔に侵されていた…



**とき** 11月12日(日)13時30分～

※開場は13時。

**ところ** ジーベックホール

**入場料** ▷前売券…大人1,000円、高校生以下800円  
▷当日券…大人1,500円、シニア1,300円、  
障害者手帳提示の人1,000円、高校生以下800円

※チケット販売はジーベックホール。

**問い合わせ先** ジーベックホール

(☎45-6000)

## 「元気もりもり体操交流会2023」参加者を募集!

参加  
無料



元気もりもり体操は、ストレッチと筋トレを中心とした介護予防の体操です。自主的な活動として広がりを見せており、市内44か所で活発に取り組まれています。

このような取り組みが地域でさらに発展するよう、4年ぶりに「元気もりもり体操交流会2023」を開催します。今まで体操になじみのなかった人も経験のある人も、皆さんと一緒に楽しく体を動かしましょう!

**とき** 11月8日(水)13時～15時30分

**ところ** ジーベックホール、上下町民会館、協和公民館

※上下町民会館、協和公民館はリモートで開催します。

**対象** おおむね65歳以上で、医師から運動制限を受けていない人

**内容** 元気もりもり体操・地域活動紹介・講話・体力測定など

**申し込み方法** 申込書または電話で申し込んでください。

**申込書設置場所** 市役所介護保険課、各公民館、リ・フレ、ふらっと上下、上下支所

**申し込み期限** 10月25日(水)

**申し込み・問い合わせ先**

介護保険課 (☎40-0223)、上下地域共生推進課 (ふらっと上下内・☎62-2231)