

元メガバンク支店長の音大教授が語る

音楽がもたらす

意外な健康効果



開催日 11月16日(木) 10:30～12:00

*講師 名古屋芸術大学教授 大内孝夫

*受講料 3,410円(税込)

*会場 栄中日文化センター

音楽には意外な健康効果があるのをご存じですか？ しかも、ケガや筋違い・肉離れなどのリスクはほとんどありません。

人生100年時代を賢く生きるヒント満載の講座です。



1. 「楽譜が読めない」「音楽が苦手」でも大丈夫！
2. 楽器や歌は、じつは健康に効果的な有酸素運動
3. 音楽がもたらす意外な健康効果の具体例
4. 健康寿命を延ばす——老後の敵はケガと孤独
5. 実践した方々の声から、健康ばかりではない、さまざまな効果が！

＜この講座に参加して期待できる効果＞

1. さまざまな「健康にいい！」の誤解が解ける
2. 楽器や歌の演奏が身近に感じられるようになる、手に取ってみたいくなる
3. 仲間が増える
4. 「格好いい！」と言われるようになる
5. 10年以上健康寿命が延びる！？



【講師プロフィール】 大内孝夫(おうち たかお)

名古屋芸術大学教授。1984年みずほ銀行入行後、支店長などを歴任。全日本ピアノ指導者協会(ピティナ)評議員/キャリア支援室長/組織運営委員/ピアノ教室経営相談担当、名古屋音楽学校アドバイザーなどを兼職。『「音大卒」は武器になる』『音大崩壊』(ヤマハMM)、『「ピアノ習ってます」は武器になる』『そうだ！音楽教室に行こう』(音楽之友社)など著書多数。ドラッカー学会会員、日本証券アナリスト協会検定会員。

詳細は下記フリーダイヤルまでお問い合わせください。

※受講料には維持管理費が含まれています。 ※一部の講座の受講料には音楽著作権使用料が含まれています。

※講座により募集締切日が異なりますので、お問い合わせください。

※お申込みの人数によっては、開講中止となる場合もございます。予めご了承ください。

登録料
不要QRコードから
簡単申し込み!

名古屋・栄 中日文化センター

〒460-0008 名古屋市中区栄4-16-36 久屋中日ビル7F

☎ 0120-53-8164

10:00～19:00(日曜日は17:00まで)