



座って運動！
滑舌・飲み込み改善！

会場 九段生涯学習館

対象 18歳以上の千代田区在住・在勤・在学者

参加費 1,000円(全3回分)

定員 20名(締切後、抽選の上、書面にてご連絡)

担当講師

ZU-nA (ズーナ)
3,000人以上の
レッスン経験をもつ講師が、楽器を使わないリズムの刻み方をレクチャー



ビートボックス 入門

～自分の口だけで
ビートを刻もう～

①9/18 ②10/2 ③10/16

いずれも水曜日 19時～20時30分

ご興味ある方、一緒に
口を動かしましょう！

注意事項

- 天候や交通機関の運行状況およびその他の事情により、講座が中止、変更となる場合がございます。予めご了承ください。
- 保険に加入させていただく関係上、ご本人さま以外のご参加はお断りいたします。
- お子さまの同伴はご遠慮いただいております。
- お伺いした個人情報は、当講座運営のための目的以外には使用いたしません。

【人材バンク活用講座とは】
人材バンク登録者が企画した講座を実施し、人材の育成を図るとともに、サークル結成など自発的な学習活動につなげる講座

申込方法

9/5(木)21時まで電話・FAXまたはHPより九段生涯学習館へ

☎ 03-3234-2841 📠 03-3262-7460

🌐 www.kudan-ll.info

【FAXの場合…講座タイトル/氏名(ふりがな)/郵便番号・住所
電話番号/年齢/在勤・在学の方は在勤先・学校名を記載】



主催・問合せ



千代田区立
九段生涯学習館
こころを育み 明日へつなぐ

〒102-0074
千代田区九段南1-5-10