

健康講座 with

ナクソス・

ミュージック・ライブラリー

図書館利用者カードが
あればだれでも使える！

ストレス社会と言われる現代...

メンタルヘルスを保つために役立つことや、精神安定効果のあるクラシックを中心とした音楽データベースの活用法について解説します。



日時 11月19日(火)

午後1時30分～午後3時45分

健康講座：午後1:30～午後2:30

ナクソス・ミュージック・ライブラリー

活用講座：午後2:45～午後3:45

**場所 上尾市図書館本館
2階集会室**

講師

健康講座：福吉優子氏

(埼玉県立精神保健福祉センター)

ナクソス・ミュージック・ライブラリー活用講座：

萩生哲郎氏 (ナクソス・ジャパン株式会社)

- 【定員】 20人(先着順)
- 【対象】 どなたでも
- 【参加費】 無料
- 【申込み】 11月1日(金)から電話で
上尾市図書館本館まで
☎048-773-8521

