

チェシュアホーム ミュージックエクササイズ ボランティア



連絡先 : sinchme65@gmail.com

活動日 : 毎月第 2・4 水曜日 10:00AM~11:00AM

活動場所 : The Singapore Cheshire Home
159 Serangoon Garden Way Singapore 556056
(MRT Ang Mo Kio 駅よりバス利用。最寄りバス停より徒歩 10 分程度)

活動内容 : 簡単なストレッチ体操やリズム運動などを、
ホームの方々と一緒に行なっています

* * * * *

The Singapore Cheshire Home は、
成人の障害者自立支援施設です。

スタッフの手を借りながら日常生活を送る方のほか、
施設内にあるリハビリ専用のデイケアセンターへ来所される方
もいらっしゃいます。

私たちの活動は、今から30年くらい前に始まったと聞いていま
す。

音楽同好会にも在籍していた方とお仲間が、
音楽療法に基づいたミュージックエクササイズのボランティア
活動を行うようになりました。

ボランティアメンバーは入れ替わりますが、
活動内容は創設時の基本姿勢とを大切にしながら、
その時々様子を加味してプログラムを組んでいます。

英語力や専門知識は必要ありません。
ホームの方々と一緒に楽しもう!というお気持ちがあれば充分
です。

一緒に活動してみませんか?
ご興味のある方は、見学(※)にいらしてください!

(※見学は「継続して活動に参加していただける状況の方」のみで対応
させていただいています。
活動体験にあたるものは受け付けておりませんので、ご了承ください)

The Singapore Cheshire Home

ミュージックエクササイズ ボランティア

The Singapore Cheshire Homeは、成人の障害者自立支援施設です。

私たちのグループは、月に2回・30分程度ホームの方々と一緒に歌を歌ったり、簡単な体操や運動を行っています。

開放的なホールで行う活動は、気楽で楽しい雰囲気です。英語力や専門知識は全く必要ありません。笑顔と、ホームの方々と一緒に楽しもうという気持ちだけで充分です！

私たちの活動が少しでもホームの方々の生活に彩りを添えられればいいな・・・と思いながら、私たちも毎回元気をもらっています。

ぜひ一緒に活動してみませんか？ ご連絡をお待ちしております。

活動日・時間：第2・第4水曜日 10:00AM～11:00AM（準備時間含む）

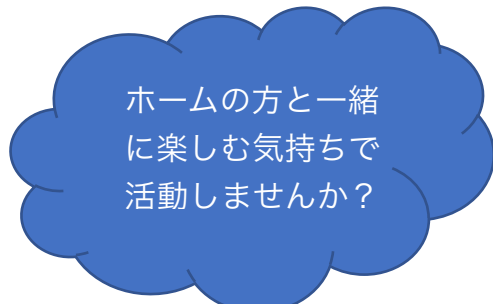
活動場所：The Singapore Cheshire Home

159 Serangoon Garden Way Singapore 556056

問い合わせ先：sinchme65 @gmail.com



毎回参加で
きなくても
大丈夫!!



ホームの方と一緒に
楽しむ気持ちで
活動しませんか？

アクセス方法：

MRT Ang Mo Kio駅前のバス停（B54261）からバス（25,73,74,76,132,165,268）で3つ目のバス停(Bik 564:B54291)で降り徒歩10分弱。

初めてのの方は、Ang Mo Kio駅改札口で待ち合わせできますのでご安心ください。