

今話題の笑いヨガ

笑いは健康の万能薬！ 笑って心も体健康に！
笑って暑さを吹き飛ばせ！

場所：四季の森生涯学習センター東館大会議室

日時：2025年8月31日 日曜日

午前10時～11時30分

講師：梅谷浩子 先生



持ち物：汗拭きタオル、飲み物

年齢性別不問 どなたでもご参加いただけます



事前申し込み必要！敷マット不要！参加費無料！

子供から大人までみんなで一緒に大笑いしましょう

動きやすい服装でお気軽にお越しください



【お問い合わせ先】

味間地区まちづくり協議会事務局 四季の森生涯学習センター東館1階

TEL・FAX 079-506-1165 (開所日 火・金9時～13時)

mail: ajima.machikyo@iris.eonet.ne.jp ホームページ・インスタグラムをご確認ください

主催：味間地区まちづくり協議会