

笑いヨガ

笑いは健康の万能薬！

今話題の笑いヨガで

笑って心も体も健康に

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)
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



どなたでもご参加いただけます
申し込み不要！ 参加費無料！
椅子使用で敷マット不要！
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・FAX079-506-1165 (開所日 火・金9時～13時)
mail: ajima.machikyo@iris.eonet.ne.jp
ホームページ・Instagramをご確認ください

主催：味間地区まちづくり協議会