

笑いヨガ教室

わっはっは！



誰にでも出来る健康法「笑いヨガ」でみんなと一緒に
思い切り笑いながら笑いの効果を感じませんか？
笑いながら体を動かすことできまざまな効果があるので、
一回からでもお気軽にご参加下さい！

日 程 **1月20日・27日（火）（全2回）**
時 間 **10：00～11：30**
対 象 **飯能市在住で60歳以上の方**
会 場 **総合福祉センター 3階 大会議室**
定 員 **20人（申し込み順）**
申 込 **1月6日（火）～1月18日（日）**
 9：00～17：00（休館日を除く）
 042-973-0022まで
 申し込みをお願いします。

問い合わせ 社会福祉法人飯能市社会福祉協議会
(飯能市総合福祉センター)

TEL 042-973-0022 FAX 042-973-8941

問い合わせフォーム <https://www.hannosyakyo.or.jp/contact/>