

# 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さ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/>