

佐鳴台地区社協だより

社協だより第136号
2018年6月5日
佐鳴台地区社会福祉協議会
Tel 053-447-7477

第1回 社協の健康教室「笑いヨガ教室」

笑いヨガ やってみませんか

笑うときは腹の底から「わっハッハッハア」

笑いから活力を！

やっぱり笑顔っていいですね

平成29年度「ともちゃん先生の笑いヨガ教室」



- みんなで一緒に笑いたい。
- むずかしいヨガはしたくない。
- おひとり参加 大歓迎！
- 笑って健康になりたい。
- 簡単！笑って脳トレ！
- ※ 無料です。直接会場へお越しください。

日時：6月25日（月）

10:30～11:30

会場：佐鳴台協働センター

児童室

講師：ともちゃん先生