

笑顔で健康に

笑いヨガ 参加者募集

笑えば自分も変わる、周りも変わる。
免疫力 up、笑って元気になろう！

参加対象：保原36町内会地区住民

日時：令和3年10月3日(日)
13時30分～

会場：保原中央交流館 大会議室

講師：笑いヨガティーチャー
大波 ヒロ子 先生

参加費：無料

募集人員：20名

申込み：NPO法人保原中央自治振興会までお申し込み願います。

締切り：9月21日(火)



*運動のできる服装で、運動シューズ、水分をご持参ください。

- ・参加される方はコロナ感染拡大防止のため、マスク着用・検温・手指消毒のご協力をお願いします。
- ・当日体調のすぐれない方はご遠慮いただくようお願いいたします。

問合せ NPO法人保原中央自治振興会 ☎024-563-1131