

笑いヨガで豊かな生活を



ストレス！運動不足！笑い不足！すべて解消できる健康法！
笑いヨガで心も身体もリラックスしませんか？

日時：令和元年 7月 9日（火）14：00～15：30

場所：老人ホームさぬき 3階大広間

人数：20名 参加費：無料

講師：Dr. Kataria School of Laughter Yoga

認定笑いヨガティーチャー 森岡 美智先生

※送迎希望の方は送迎車をご用意しています。

定員の関係もありますので参加希望の方は7月2日までに下記までお申し込み下さい。

当日は動きやすい服装でお越しくださいね。



問い合わせ 老人介護支援センター さぬき 831-4498

参加者氏名	電話番号
住所	
当日送迎 希望する ・ 希望しない	
送迎時間	13：30 ※時間厳守でお願いします。
送迎場所	栗林コミュニティセンター 八幡鳥居前
老人ホームさぬき駐車場利用	有 ・ 無

笑いヨガで豊かな生活を

教室の案内を送付してもよろしいですか

可

・

不可
