

令和8年度 三木南交流センター
交流セミナー 主催事業

笑いヨガ

免疫力アップ、ストレス解消に効果がある笑いヨガを体験して
笑顔で健康に楽しく過ごしてみませんか♪

日 時 5月27日(水) 午前10時～

場 所 三木南交流センター 体育館

講 師 笑いヨガクラブ
小畑 梅子 さん

服 装 動きやすい服装

持 ち 物 飲み物、タオル

申込期間 3月25日(水)～5月20日(水)

どなたでもご参加いただけます。

参加費 無料

〈問い合わせ先〉 三木南交流センター ☎0794-83-1710

令和8年度 交流セミナー主催講座
5月27日(水)「笑いヨガ」申込書

氏名	電話番号	年代 (○で囲んでください)	居住地または 自治会名
	- -	10代・20代・30代・40代 50代・60代・70代以上	