

令和6年度「笑いヨガ教室」開催案内

1 開催日時	令和7年3月19日(水) 午前10時～正午まで
2 会場	塚沢公民館 2階 講義室(高崎市飯玉町74番地1)
3 テーマ	笑いヨガで心身ともに健康に
4 講師	左右田悦子さん
5 用意するもの	動きやすい服装、上履き、水分補給用の飲み物
6 参加費	無料
7 参加者へのお願い	<p>■ 欠席の連絡について</p> <p>欠席の場合は早めに連絡をお願いします。</p>
	<p>■ ペットボトルなどのゴミはお持ち帰りください。</p>
8 連絡先	塚沢公民館(担当:三澤) ☎・📠:027-361-7981

2025 塚沢公民館「笑いヨガ教室」参加申込書 No.

氏名(ふりがな)	住所	☎電話番号 (昼間連絡のつく番号)	備考
	町		