

れいわ ねんど わら きょうしつ かいさいあんない
令和6年度「笑いヨガ教室」開催案内

1 開催日時	れいわ ねん がつ にち ごぜん じ しょうご 令和7年3月19日(水) 午前10時~正午まで
2 会場	つかさわこうみんかん かい こうぎしつ たかさきしいだまち ばんち 塚沢公民館 2階 講義室(高崎市飯玉町74番地1)
3 テーマ	わら しんしん けんこう 笑いヨガで心身ともに健康に
4 講師	そう だえつこ 左右田悦子さん
5 用意するもの	うご ふくそう うわば すいぶんほきゅうよう の 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	むりよう 無料
7 参加者へのお願い	■ 欠席の連絡について けっせき ばあい はや れんらく ねが 欠席の場合は早めに連絡をお願いします。
	■ ペットボトルなどのゴミはお持ち帰りください。 も かえ
8 連絡先	つかさわこうみんかん たんとう みさわ 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		