

# 浅間台地域ケアプラザ 地域交流事業

笑いと呼吸法を取り入れ、身体を動かします。  
ナチュラルキラー細胞を増やし、健康増進!



# 笑いヨガ教室



日程: 偶数月第3金曜日

令和6年	4月19日	6月21日	8月16日	10月18日	12月20日
令和7年	2月21日				

時間: 11:00~11:30

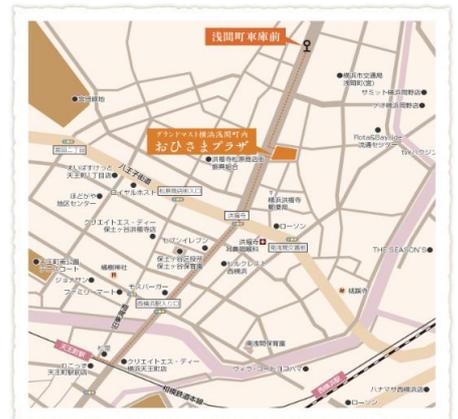
会場: おひさまプラザ(西区浅間町5-375-1)

対象: 地域の方

参加費: 100円 持ち物: 飲み物

定員: 予約制 13名

服装: 動きやすい服



新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが、令和5年5月8日に移行することで、浅間台地域ケアプラザでも、対応方法を一部変更します。消毒や換気等、感染予防対策は継続して、感染拡大には注意して対応していきます。発熱等で体調のすぐれない場合は、無理せず、講座やサークル等はお休みくださいますようお願い申し上げます。

<お問い合わせ・ご予約>

浅間台地域ケアプラザ

地域交流担当 荻野 311-7200

ogino@hamano.or.jp