

岐阜聖徳学園大学×岐南町 連携事業

60歳以上の方で岐南町
在住・在勤ならどなたで
も無料で参加できます。

第4回 岐南いきいき大学

からだスッキリ

笑いヨガのお話



講師 尾関 唯未先生

岐阜聖徳学園大学 看護学部 助教

定員 各回 30名

持ち物 水分補給のためのドリンク
動くことの出来る服装でお越しください

予約方法

受付期間内に中央公民館（☎247-1334）
まで電話ください。

お申込受付は先着順とし、定員になり次第
締め切ります。

笑いヨガとは、笑ってできる動きと
呼吸法を組み合わせた体操です。
おうちでもできますよ。

開催日	場所
1月26日（火）	中央公民館
2月 2日（火）	西町民センター
2月 9日（火）	南町民センター
2月16日（火）	伏屋獅子舞会館
午前10時00分～11時00分	各回同一内容
受付期間 10月1日（木）～1月20日（水）	

※新型コロナウイルスの感染防止のため、中止する場合があります。

