

いきいきふれあい サロン

日時 1月26日(木) 午前10時~11時半

場所 表佐地区まちづくりセンター

会費 100円

1月は、笑いヨガティーチャー
西田あい子様をお迎えしました。

笑いの健康法 ヨガ

笑う事は認知予防にもなりますね!!
健康寿命を延ばしましょう



新型コロナウイルス感染防止対策にご協力ください

マスクの着用・手指の消毒・検温・体調の確認・ソーシャルディスタンスの遵守

主催:表佐地区ささえあい連絡会

お手伝いしてくださる方を募集中です