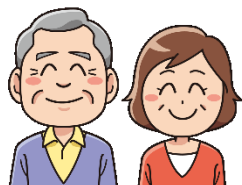


羅臼町委託介護予防事業

## ぴんぴんキラリ！いきいき健康教室公開講座



# 笑いヨガ体験会

羅臼町初の笑いヨガ！！町民の皆さんぜひ参加してみませんか？「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた運動！楽しみながら健康に・・・これって最高じゃありませんか？？

日 時 平成30年 9月12日（水）

9時から9時半 受付 **参加料 無料**

9時半から11時まで

場 所 羅臼町民体育館アリーナ

対 象 **町民の方であればどなたでも**

持ち物 うわぐつ 飲み物 ※送迎はありません

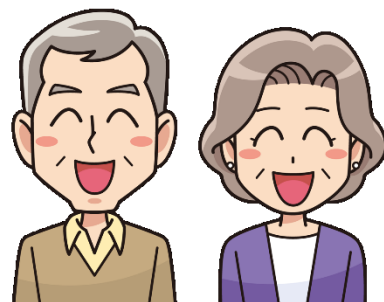
### 講師紹介

菅原 堅治 氏

日本笑いヨガ協会 笑いヨガティーチャー

菅原 登美枝 氏

日本笑いヨガ協会 笑いヨガティーチャー



**事前申し込みが必要となりますので**

**9月10日まで**にらいず事務局(☎87-2408)にお電話でお申し込みください。

主催：NPO 法人羅臼スポーツクラブらいず：羅臼町保健福祉課