

＼シニアのためのお役立ち講座／

楽しく元気に！

笑ったりしゃべったりで支える健康づくり

笑いヨガと講義

お口は話すこと・食べることだけではなく、全身の健康にもつながっています。笑って、しゃべって楽しく学び、一緒に笑いヨガを楽しみましょう！

講師：小西 健太さん（言語聴覚士・笑いヨガリーダー）

協力：津雲台・藤白台地域包括支援センター

時間：14：00～15：30

（開場 13：30）

場所：まちなかりビング北千里

会議室 1 - 3

定員：80名（先着）

対象：どなたでも

申込：不要

お問合せ：06 - 6834 - 2921（代表電話）

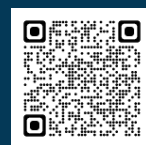
2026

5/17

日曜日



web site



Instagram