

学文公民館2025年度前期講座

4月

主催：学文公民館地域学習推進員会

【健康・福祉講座】

笑いヨガ

座ってできる楽しい



～たくさん笑い、ストレスの解消につなげましょう！～

2025年 4月22日(火) 13:30～15:30

申込不要・当日先着順

講師

インド政府認定ヨガインストラクター
笑いヨガティーチャー
ほめカード認定講師

岡本 笑美子

詳細

場所／学文公民館3階 講堂
定員／40名
対象／一般

お問合せ先



みやたん
TEKU WAKU NISHINOMIYA

学文公民館

TEL／0798-41-6050

西宮市公民館地域学習推進員会のご案内⇒



- ※受付時に手洗い又は手指消毒のご協力をお願いします
- ※必要に応じて飲み物の持参をお願いします
- ※講座は開始2時間前に警報が出ていれば中止です
- ※材料費などの諸費用について記載のない講座はすべて無料です