

ファミサポ交流会

身体を動かして・みんなで笑って交流しませんか？

『動きたくなるからだ作り』で代謝UP→免疫力UP→笑顔UP→姿勢シャキッと！

→なにかとホメられる人生を自分で創ろう！と活動されている

あるくらば歩行研究所 石山節子さんを講師に来ていただき、笑いヨガ・

ゆるスポーツなどをしてみんなで大笑いの時間を楽しんでみませんか？

楽しかった♪

おもしろかった！

と帰ってもらえるはず(^ ^#)

たくさんのご参加お待ちしております(^ ^♪

日時:2019年6月8日(土)10:00~11:30

場所:東大阪市立市民多目的センター 4階和室 定員:20名(先着順)

持ち物:タオル・飲み物・動きやすい服装

申し込み・問い合わせ先:

東大阪市ファミリー・サポート・センター

〒577-0054 東大阪市高井田元町1-2-13-1階 TEL06-6785-2625

e-mail:famisapo@heartnet-hoshakyo.org

①お名前②会員番号③電話番号をお電話・メール・来所にて

*6月6日(木)17:00締切。