

シニアのためのいきがい応援セミナー

参加無料



いきがいヨガ



笑いは健康の源！体を動かして“わはは”と笑えば自然と緊張がほぐれます。

笑って元気になりましょう！

令和 8 年

8 月 6 日 (木)

10:30~12:00 【受付 10:20 から】

《講師》

笑いヨガリーダー 三輪 郁恵さん

場 所 まちづくり協働センター 多目的ホール1・2
(キッピーモール6階)

対 象 55歳以上の市内在住の方

定 員 30名 ※応募者多数の場合は抽選となります

持ち物 受講証・飲みもの
※動きやすい服装でお越しください

申込方法 セミナー名・住所・名前・電話番号・年齢をご記入のうえ、上記の申し込みフォームまたは、ハガキ・FAX・窓口のいずれかで下記までお申し込みください。
(お電話での申し込みは受け付けておりません)

締 切 7 月 23 日 (木) 必着 ※受講の可否については開催の1週間前頃に郵送でお知らせします。

申し込みフォーム



※午前8時の時点で三田市にレベル3相当の気象警報(大雨・洪水・暴風)が発表されている場合、セミナーは中止します。p
※いきがい応援プラザ~HOT~が発行する情報誌やホームページなどにセミナーの写真を掲載することがあります。

問い合わせ

住所:〒669-1595 三田市三輪2丁目1番1号
三田市役所 本庁舎4階 いきがい応援プラザ~HOT~
TEL:079-559-6800 FAX:079-563-7776 平日 9:00~16:30