

参加費無料

笑いいヨガ

HA HA HA

『笑いで元気に』



日程：2026年9月7日(月)

時間：午後1時半から3時 (定員30名)

会場：秩父市クラブハウス21

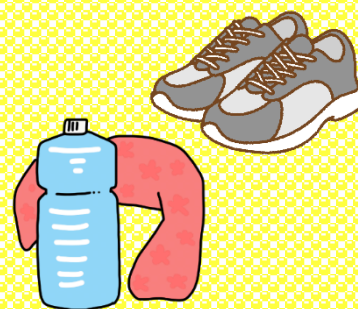
持ち物：汗ふきタオル・飲み物

※動きやすい服と靴で

講師：黒澤しげ子氏

申し込み：秩父市シルバー人材センター

☎22-4454



参加者募集！

×切8月21日(金)まで



笑う門には
福来たる



秩父市シルバー人材センター女性委員会