

参加費無料

わら 笑 い ヨ ガ

『笑いで元気に』

“笑う門には福来たる”



日程：2024年9月11日(水)

時間：午後1時半から3時 (定員30名)

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!

〆切9月6日



ちちぶエフエムへも
出演!!

秩父市シルバー人材センター女性委員会