

香春町



出前講座

5/20(水)
9:30-11:00

| 場所 |

岩原公民館



* 認知症予防講座と笑いヨガを行いました。
笑いヨガは『笑い』と『ヨガの呼吸法』を
組み合わせ、意図的に笑うことで心身の健
康を目指しています。今回は16名の方が参
加され、皆さん笑顔も多く、楽しく過ごし
て頂きました。ありがとうございました！