

## 令和4年度 出前講座

■ 日時 : 令和5年3月14日(火) 10:00~11:00

■ テーマ : 「 笑いの健康教室 」

■ 講師 : 白河・西白河郡ヨガクラブ  
ヨガティーチャー 大沼 敏江 先生

■ 会場 : あったかセンター板橋

■ 参加者 : 地域住民・サポーター 19名

