

健康増進定期講座

倉敷市

◆倉敷市身体障がい者
デイスサービスセンター
倉敷市笹沖 170 番地
TEL 086-434-9855
第2金曜日 13:00~14:30

◆船穂高齢者福祉センター
倉敷市船穂町船穂 1861-1
TEL 086-552-5200
第3月曜日 10:00~11:30

◆はあもにい倉敷
倉敷市羽島 666-1
TEL 0120-941-821
第1、第3水曜日 10:00~11:30

◆福祉交流プラザ大井
岡山市北区大井 2383-1
TEL 086-295-2140
第2、第4木曜日 10:00~11:30

◆社交流プラザさいでん
(さいでん笑いヨガ)
岡山市中区神下 133-3
TEL 090-8249-6360
第4水曜日 10:00~11:00

◆南ふれあいセンター
岡山市南区福田 690-1
TEL 086-230-0321
第1、第2、第4
火曜日 14:00~15:15

倉敷市

4月スタート

◆倉敷市真備公民館
倉敷市真備町箭田 1685
TEL 086-698-0042
第2、第4水曜日 13:30~15:00

◆倉敷市連島公民館
倉敷市連島町西之浦 497-1
TEL 086-448-0655
第2、第4火曜日 10:00~11:30

◆山陽新聞カルチャープラザ
倉敷教室 倉敷市昭和 1-2-22
(平松エンタープライズ内)
TEL 086-424-2772
第1、第3木曜日 10:00~11:30

◆倉敷南公民館
倉敷市沖新町 68-1
TEL 086-426-0240
第2、水曜日 10:00~11:30

◆倉敷市玉島北公民館
倉敷市玉島八島 1773-10
TEL 086-526-5315
第2、第4日曜日 13:30~15:30

総社市

◆山手公民館
総社市岡谷 151-1
TEL 090-8249-6360
第1金曜日 10:00~11:30

岡山市

◆済生会フィットネス&カルチャー
岡山市北区昭和町 12-15
TEL 086-259-1101
第1、第3火曜日 10:00~11:30

◆北ふれあいセンター
岡山市北区谷万成 2-6-33
TEL 086-251-6500
第2、第4月曜日 13:15~14:30

◆岡山市東公民館
(岡山東笑いヨガ)
岡山市北区高屋 344-1
TEL 090-8249-6360
第3土曜日 10:00~11:30

◆岡山市東山公民館
(岡山東山笑いヨガ)
岡山市中区平井四丁目 13-33
TEL 090-8249-6360
第2木曜日 13:00~14:30

◆岡山市福田公民館
(岡山福田笑いヨガ)
岡山市北区古新田 1186
TEL 090-8249-6360
第4土曜日 10:00~11:30



一般社団法人岡山県笑いヨガ協会
代表理事 万代京央子

私と一緒に笑いましょう

お問い合わせ 090-8249-6360(万代)

[http:// www.waraiyoga.jp/](http://www.waraiyoga.jp/)