

# 第12回健康講座 **笑いヨガ** 免疫 UP!大会

## 参加者募集



in 岡山

☺開会のご挨拶 **健康講話**

重井医学研究所名誉所長

理学博士 沖垣 達（おきがき とおる）先生



① **健康講話**☺

笠岡第一病院

院長 橋詰 博行（はしづめ ひろゆき）先生



「70代の健康維持について  
-人生100年時代への挑戦-」

★手根管症候群・ばね指についても

お話します



② **お楽しみコーナー**☺ 川崎医科大学総合医療センター耳鼻咽喉科

秋定 健（あきさだ たけし）先生

★現代医学のウソ？ホント

（カラオケ歌唱力検定5段）

★秋定先生とご一緒に歌いましょう♥楽しみましょう



③ **健康増進笑いヨガ**☺



県内では第一人者、国内でも数少ない笑いヨガの発祥の地インドで修行し経験と実績、効果的な独自の技法を編み出しユニーク笑いヨガ万代流家元（当会代表理事万代京央子）が、直接指導します。笑いヨガは継続受講に効果があります。今後も各地で開催を計画しています。奮ってご参加ください。

[当会代表理事] 万代 京央子 ☺川崎医療福祉大学非常勤講師

開催日時

2023年8月27日（日）13時30分～16時

開催場所

きらめきプラザ301会議室 086-227-2666

岡山市北区南方2丁目13-1（旧国立岡山病院跡）

参加費

一人1,500円（年齢は問わず）車椅子可

主催 一般社団法人岡山県笑いヨガ協会 後援 倉敷市/玉野市/早島町/備前市  
岡山県「健康おかやま21」協賛事業として実施 後援 岡山市教育委員会/赤磐市

ホームページ <http://www.waraiyoga.jp/> お問合せ先 090-8249-6360