



広島県府中市 情報提供
令和7年5月16日（金曜）
府中市教育委員会 教育部 教育政策課 教育推進係：門田
電話 0847-44-9023

第2回『府中市いろどりカレッジ』 上下教室 「笑って 元気 身体 健やか」

第2回上下教室を、次のとおり実施いたします。ぜひ取材をお願いいたします。

日時：5月23日（金） 10時～11時

場所：府中市上下公民館 2階 会議室
（〒729-3431 府中市上下町上下 861-3 TEL:0847-62-3139）

主催：府中市教育委員会・府中市いろどりカレッジ上下教室運営委員会

演題：「笑って 元気 身体 健やか」

講師：笑いヨガティーチャー 名越 浪江 さん

内容：笑いが身体に与える効果に着目し、健康体操として笑いを取り入れたヨガを体験します。

受講料：100円

※どなたでも参加できます。

※動きやすい服装でタオルなどご持参ください。