

健康増進定期講座

倉敷市

4月スタート

倉敷市

◆倉敷市身体障がい者

デイサービスセンター

倉敷市笹沖 170 番地

TEL 086-434-9855

第3木曜日 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

玉野市

◆鉾立公民館

玉野市北方 1349-1

TEL 090-8249-6360

第2金曜日 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

◆倉敷市児島公民館

倉敷市児島味野 2-2-38

TEL 086-472-7423

4/9・5/21・6/11・7/9 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

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



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

◆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 13:30~15:00

◆倉敷市福田南公民館

倉敷市福田町福田 706-3

TEL 086-456-2467

第3水曜日 10:00~11:30

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

お問い合わせ 090-8249-6360(万代)

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