

参加費  
無料

～ 国分寺町明生大学 公開セミナー～

# 笑いヨガ

笑いの伝染力を発生させて笑える体に整える運動  
どんな気分でも笑える笑いヨガ。健康効果を実感！



2012年インドにて、笑いヨガティーチャー  
(Dr.kataria school of laughter yoga認定)資格取得  
2014年 笑いヨガone on one コーチ資格取得  
2019年 笑い大使(laughter ambassador)任命  
現在 “笑う門には幸せいっぱい、福いっぱい”を～モットーに  
社会福祉協議会・福祉施設・総会・施設社員研修・公民館  
などで活動  
趣味：歌って 踊って 里山歩き

講師：長尾 隆子

日 程

2024年 1月18日(木)

時 間

10:00～11:15(75分)

会 場

高松国分寺ホール

〒769-0104 高松市国分寺町新名430番地

定 員

30名 参加費無料 要申込

※明生大学学生以外 2023年11月1日(水)～受付開始

※定員に達し次第受付を終了させていただきます。

お申し  
込み先

高松国分寺ホール

☎ 087-875-0162

【受付時間】 9:00～17:00(月曜休館日)

ホール公式SNS  
おまとめQRコード



主催：国分寺南・北コミュニティセンター

共催：高松国分寺ホール指定管理者 (日本管財・JTBコミュニケーションデザイン共同事業体)

〒769-0104 高松市国分寺町新名430番地 ☎087-875-0162 受付時間/9:00～17:00 月曜休館日