

平成25年度

地域と施設を結ぶ勉強会

せんか

# 地域で学びま専科

## 第9回「みんなで身体を動かそうヨガ教室」

講師：ヨガインストラクター 野見山 佳奈 先生



ゆっくり動き、どう身体と心が変わっていくかヨガで体験してみませんか。

日時

平成26年1月18日（土）14：00～15：30

対象

どなたでも（医師から運動を制限されていない方）

その他

持参：バスタオル2枚（あればヨガマット）  
服装：動きやすい服装

場所

地域密着型特別養護老人ホーム にじの丘  
下関市菊川町大字田部 223-9

問合せ先

電話 083-287-1220 きくがわ苑 地域交流委員会  
（担当：畑野、山本、稲田、瀬川、他）

参加  
無料

主催：社会福祉法人 菊水会 地域交流委員会

「地域交流委員会」とは、地域の皆さんと施設職員とが、さまざまな活動を通じて、きずなを深め、互いに手を取り合える関係をつくることを目的にした委員会です。菊水会はこれらの活動を通して地域貢献を目指します。

「地域で学びま専科」とは、介護や福祉に限らず、健康や食生活、老後の話など、体験や野外活動等取り入れ、楽しく交流しながら学べる勉強会です。

