

千歳市社会教育関係団体活動紹介

フリガナ 団体名	ワライ 笑いヨガクラブ ハーモニー
代表者	木村 祥子
設立年	
会員数	15 人
会員平均年齢	65 歳
活動内容	公民館の和室で笑いの体操やストレッチ、脳活で（音源や替え歌、ふまねっとなど）10：00～12：00 まで 色々なことをして楽しんでいます。
会員募集	誰でも簡単にできる笑いの健康体操です。笑って健康寿命を伸ばしたい方、免疫力を上げたい方、一緒に笑って元気になりましょう。 連絡先：24-7103（担当：木村 祥子）



千歳市の花「花菖蒲」