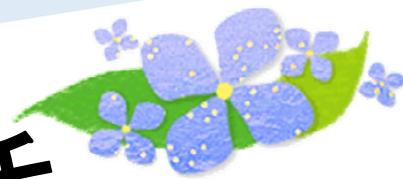


心もからだも元気に！！

# 男女共同参画セミナー

## 笑いヨガ & タッピングタッチ



とき

令和6年6月26日(水)  
10:00～12:00 (開場 9:30)

ところ

相生市文化会館 扶桑電通なぎさホール 中ホール

申込

要申込 定員50名 (先着順) ※申込み締切り 6月21日(金)

参加者全員に  
参加賞を配布!

### 講師 須飼 利恵子氏 (5スマイル明石ラフターヨガクラブ主宰)

〈プロフィール〉

ラフターヨガティーチャー、タッピングタッチABCインストラクター等の資格を保有。  
どの年齢層の方でも出来る『笑い』と『ヨガ』を組み合わせた健康体操を神戸市、明石  
市が主催するイベント等で笑いヨガやタッピングタッチの指導で活動中。



〈タッピングタッチとは〉

指の腹で左右交互に優しくタッピングする事によって、心身共に健康であ  
らうとする内面の力に働きかける統合的ケアです。

男女共同参画週間 (6/23～6/29)  
キャッチフレーズ  
『だれもがどれも選べる社会に』

＜お問合せ・申込先＞相生市男女共同参画ねっと「權」

事務局 相生市地域振興課まちづくり推進係  
電話 0791-23-7130 FAX 0791-23-7137  
Eメール machizukuri@city.aioi.lg.jp

※当日7時に大雨・洪水・暴風警報が発令されている場合は延期となります

----- キリトリ (FAX送信の際は切り取らずにお送りください) -----

R6.6.26 男女共同参画セミナー申込書

氏名		電話	
住所			

※ご記入いただきました個人情報は、事務連絡以外では使用いたしません。