

# (公社) 鳥取県看護協会 中部地区活動委員会

## 交流会のお知らせ

テーマ：1. 『笑いヨガ（笑いの体操とヨガの呼吸法を合わせる）を体験し酸素を多く取り入れ自己の健康と活力を実感する』

2. 『オリジナルキーホルダー又はかみ留めをレジンで作ろう』

講師：ラフターヨガ リーダー 吉川信子 / 手芸のトーカイ

日時：平成30年6月23日（土） 9:45～12:30

場所：伯耆しあわせの郷（鳥取県倉吉市小田 458）

参加資格：会員・非会員・他の地区の方

先着 20 人程度

参加費：無料

準備品等：動きやすい服装、飲み物、タオル

申込方法：参加申込書に記入の上、FAX・メールまたは下記あて郵送してください。

公益社団法人鳥取県看護協会 事業部

〒680-0901 鳥取市江津 318-1

FAX (0857) 29-8102 E-mail:kensyu@tottori-kangokyokai.or.jp

プログラム：9:45～10:00 受付・オリエンテーション

10:00～11:00 ラフティングヨガ

11:00～11:10 休憩

11:15～ UVレジン体験

（髪飾りかキーホルダー）と交流会

12:30 アンケート記入後終了

