

5月 交流会

ストレッチ ～心と体をほぐそう～



日 時：令和6年 5月18日(土) 13:30～15:30

場 所：ジオ・キッチン スタジオ（西予市宇和町稲生135）

講 師：一色 眞由美 先生

内 容：ストレッチ・呼吸法で体をゆるめる

準備物：動きやすい服装、タオル、飲み物、敷物（バスタオルなど）

定 員：15名

※ マスク着用、体調管理をお願いします。

問合先：八幡浜・大洲圏域障がい者就業・生活支援センター

ねっとWorkジョイ TEL 0894-62-7887



申込締切：5月15日(水)

FAX
0894
62-7886

ご 氏 名	
ご 所 属	
電話番号	(当日、連絡のつく電話番号)
来所方法	<input type="checkbox"/> 車（要駐車場） ・ <input type="checkbox"/> その他

個人情報に関しては適正にお取扱いします。